فى التحليل النفسى

بقلم:

الدكتور مصطفى زيور

والدكتور أحمد فؤاد الأهوانى



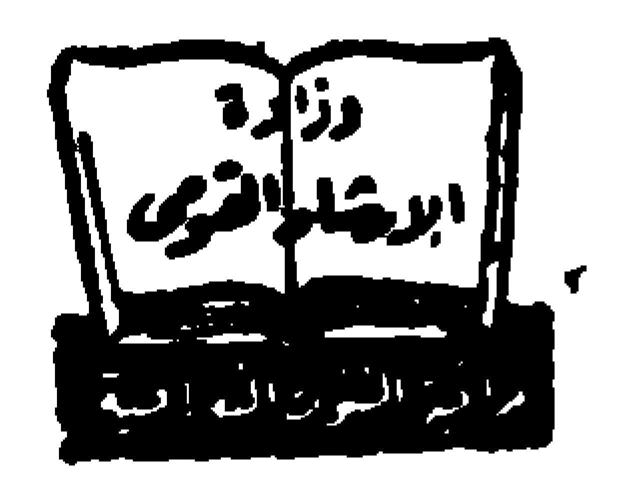
مختارات الإذاعة

مختارات الإذاعة

في التحليل النفسي

بقلم :

الدكتور مصطفى زيور والدكتور أحمد فؤاد الأهواني



فى التحليل النفسى

للدكتور مصطفى زيور

هواية العذاب

ماهدف الانسان فى هذه الحياة ؟ .. سؤال طرحه الفلاسفة والمفكرون وانتهوا جميعا الى أن الاجابة عليه تتلخص فى كلمة واحدة : السعادة ، ويقصدون بها أن الانسان يتجنب الألم ويحاول ان يظفر بما تطيب به نفسه ، وتبدو هذه القضية واضحة جلية بحيث تكاد تكون من المسلمات الأولية ، فالألم والعذاب والشقاء أمور ينفر منها الانسان .

ولكن اذا كان الأمر كذلك فما خطب الشاعر اذ يقول :

عذبينى فمهجتى فى يديك وأمرينى فالقلب عبد لديك

انه يدعو حبيبته الى أن تعذبه ، أليس هذا أمرا غريبا يتنافى مع ما سلمنا به من أن الانسان ينفر من الألم والعذاب ، بيد أن الشاعر يسخر منا ومن منطقنا فيفصح قائلا :

لى لذة فى ذلنى وخضوعى واحب بين يديك سفك دموعى

وهاهو يلمحنا نقطب الجبين فيقول : ما الذل فى شرع الهوى عار .

فاذا صدق الشعراء فالانسان قد يجد لذة فى الألم وقد يعشق البكاء وهو علامة الألم ، فهل نكون نحن من المخطئين ، أم أنهم هؤلاء الشعراء ؟ .. إننا نعلم أن الشعر الذى ذكرناه لحنه الملحنون وغناه كبار المغنين وطرب له آلاف المستمعين ولا ينفرد شعراؤنا بانشاء هذه الحقيقة النفسية النابية ، فها هو الشاعر الفرنسى بودلير يمتدح

الألم قائلا : أن فيه شفاء للنفس بل يزيد فينشد : اننى الجرح والخنجر ، اننى الصفعة والخد ، اننى الضحية والطاغية ، فيعبر بذلك عن ميله الى الحاق الأذى بنفسه اذا افتقد من يتولى ذلك عنه ، وينشد الشاعر جوته هذه المعانى فى أبيات خالدة من فاوست تبلغ الذرة فى سمو الحس الشعرى وتفيض بأقصى ألوان النشوة والصبابة ٠

ولندع ألشعر والشعراء (فهم من أهل الخيال) ، فهل نجد شيئا مما يقولون فى الواقع ، هاهم من يسمون بفقراء الهنود تقوم حياتهم كلها على أنواع من التعذيب تقشعر منها الأبدان ، ثم هاهى فرق اخرى (من الصوفية) تبلغ فى تعذيب ألنفس ولومها مبلغا يحار فى فهمه العقل فسميت احداها بالملامتيه لاغراق مذهب أصحابها فى لوم ألنفس ومخاصمتها ، فهم يعلنون سيئاتهم ويخفون حسناتهم استجلابا للوم الناس وتعرضا لايذائهم وهم يجالسون من يحقرهم ويتركون مجالسة من يكرمهم ويركبون من ظاهر الأمور ما يلامون ، وأغرب مافى مذهبهم أنهم يرون فى مسلكهم هذا أعظم صفات الرجولة والفتوة ٠

ولشدة ما دهش أطباء النفس عندما اكتشفوا أن نفراغير قليل من الناس يسلكون مسلك هؤلاء الذى سموا ٠٠ فقرآء الهنـود أو أهل الملامتية فيلتمسون الألم والعذاب اينما حلوا ، ويحرصون على بـلوغ ألفشل والهوان ما استطاعوا الى ذلك سبيلا وينفرون من النجاح ويضيقون بالغبطة ، وكأن لا راحة لهم الا فى الألم ولا سعادة الا فى الشقاء ، وقد تبين من تحليل الأمراض النفسية انها تتصف جميعـا بقدر من هذه الصفات ، وقد يقتصر المرض النفسى على هذه الصـفات وحدها فيمعن المريض فى هواية العذاب وادمان الشقاء ٠

فهذا شاب يعمل موظفا صغيرا فى أحد المحال التجارية ، يدفعـه طموحه عندما حلت الحرب الماضية الى الاستقلال بنفسه فى تجـارة لا يطول انتظاره حتى تمسى رابحة ، فتفيض جيوبه بخير عظيم وتغدو أطايب الحياة منه دانية ، وكأنه حين يقتطفها يقتطف الثمرة المحرمة

فتضطرب نفسه وينتابه الأرق ويهمل شئونه ويوظف رجلا يكل اليه ادارة اعماله فيسرقه ويتضح أنه كان يعلم أنه غير أمين ثم يعقد صفقات جنونية تأتى على كل ماكسب .

وهذا محام مشهور بكفايته ولكنه يسلك من عملائه مسلكا ينفرهم منه فلا يحسن استقبالهم وينسى مواعيدهم ويخطىء فى ذكر اسمائهم فيخاطب الواحد باسم خصمه ، وقد يترافع أحسن المرافعة حتى اذا اقترب من النصر رأيناه ينفعل فجأة فيزل لسانه فى غير صالح موكله أو يثور ويغضب لأبسط ملاحظة من القاضى فيندفع فى هجوم يشينه فى نظر موكليه (وقد يوغر صدر القاضى عليه) .

وهذا زوج وزوجته لا يجدان الراحة الا بعد الألم ولا يستمتعان بالحب الا بعد الخصام والشقاق وسفك الدموع والتراشق بجارح اللفظ والتباعد أو الانفصال بعض الوقت وكأنهما يدركان سريهما فيخلصان فى استنباط الشقاء اخلاصا لا يقل عمقا عن الاخلاص فى الحب .

ولابد لنا الآن أن نسأل أنفسنا كيف اتفق للانسان أن تنقلب موازينه فيصبح عدو نفسه ، يجرى وراء العذاب وينزل بنفسه العقاب أو يستحث غيره على أن ينزله عليه ، أننا نعلم ما للطفولة من خطر فى تكوين شخصية الانسان ، فمتى يعانى الطفل العقاب ، أنه يعانيه اذا ما اندفع فى اشباع رغبات محرمة ، فالعقاب حلقتان ترتبطان ارتباطا وثيقا فى خبرات الطفل حتى أنه يتوقع العقاب اذا قامت فى نفسه رغبات محرمة ، ولكن توقع العقاب أمر يستثير فى نفسه قلقا عظيما يدعوه الى طلب العقاب تخفيفا من وطأة القلق وما شقاوة الأطفال فى كثير من الأحيان الا استفزازا وطلبا للعقاب .

ويحكى عن صبية أن ابواها حرما عليها قراءة كتاب بعينه ، فذهبت يوما وادعت لهما أنها قرأته فأنزلا بها العقاب ، عند ذلك عمدت الى الكتاب وراحت تقرأه هادئة مطمئنة ، ولكن الأمر لا يلبث

أن يتحول الى مأساة هواية العذاب عندما يفتقد الطفل الحب والرحمة ولا يجد من والديه الا الكراهية والعقاب وسوء المعاملة ، ولما كان الطفل فى حاجة حيوية اليهما فانه يخضع نفسه لهذا الأسلوب من المعاملة ويوطن نفسه على احتمال الأذى وقبوله فيحله محل الحب ويستمد من الأذى والعذاب ما يرفع قدره فى نظر نفسه ٠

ونجد فى قصة سندرلا تصويرا لهذا الموقف ، فقد كانت تستجيب لسوء المعاملة بالولاء والذلة وكانت موقنة أنها خيرة يفيض قلبها كرما وسماحة ويزيدها الاذلال سموا وفضلا ولم يفارقها الأمل فى أنها ستثاب يوما على ماقدمت فيأتيها الحب فياضا بقدرما كان عذابها عظيما ٠

على أن الحياة الواقعية لاتجرى بما تجرى به القصص ، فالطفل الذى لم يلق الا الأذى والكراهية ينمو على نمط عاطفى لا يسعه الا أن يحتذيه فى مستقبل حياته فيجد نفسه مدفوعا الى خلق ماشقى به بوصفه الاسلوب الذى ارتضاه له من أحب وكانت حياته معلقة به ٠

فهذه فتاة نشأت فى فقر مادى وعاطفى بالغين ، وكانت أمها تنبذها وتفرغ عليها كل ماكان يعتلج فى قلبها من كراهية للحياة وضيق بها حتى زاودت الطفلة خواطر الانتحار وعبرت عن ذلك أثناء التحليل بقولها :

« ان أعظم ذنبى اننى لم أضع حدا لحياتى لأدخل السرور على امى » وبالرغم من هذا البؤس فقد شبت وأصبحت غادة وافرة الجمال فأحبها رجل ثرى وتزوجها وهيأ لها حياة رغدة ، ولكنها لم تقو على احتمال هذه السعادة ، فراحت تفسد حياتها بكل ماوسعها من الحيل وجعلت ترغم زوجها ارغاما على القيام بدور الأم الكارهة القاسية وتقنع هى بدور الطفلة المنبوذة المعذبة ٠

يتضح اذن أن التعلق بأهداب الشقاء وسيلة لاسترضاء الحبيب الكاره وتلطيف لغضبه فقد استقر فى نفس من نشأ على هذا النحو

أنه لابد مكروه مهما بذل له من حب فخليق به ان يعذب نفسه وكأنه يوعز « انظر » انني اعذب نفسى فلا حاجة بك الى أن تعذبنى ، أرض اذن عنى وامنحنى من الحب بقدر ما انوء به من العذاب ، أو قد ينطلق موغرا للصدور مستفزا للغضب وكأنه يوعز ، عذبنى وساعدنى على أن أكون فاضلا حتى استحق حبك ، وقد يذهب من أجل ذلك مذاهب نابية فيلبس لباس الغباء أو القبح أو الرذالة على نحو ماوقرفى ذهنه من صدره لنفسه حتى يكون حبيبه محقا فيرفع عن حبيبه وزره ويلقيه على نفسه فلعله يرضى ·

فهواية العذاب اسلوب معوج فى استدرار الحب والعطفوتسويغ للبقاء فى عالم توهمه المرء كارها له منكرا لوجوده ، أنه بلوغ الأمانى فى موكب الشقاء والظفر بالنصر فى منحدر الهزيمة ·

لغة الرموز

حدثنى صديق كريم فقال : لقد نبهنى حديثك عن طبيعة الأحلام الى ما شاهدته يوما لدى ابنتى التوأمتين ، فقد كانتا تغطان فى النوم واذا بأحداهما تتكلم اثناء نومها بما يوحى أنها تحلم • وما لبثنا ان رأينا الاخرى تستجيب بالكلام أثناء نومها أيضا وكأنها فهمت عن اختها فجاوبتها عن بعض ما قالت • وفى الصباح ذكرنا لهما ما حدث فاستولت عليهما الدهشة • فما تفسير ذلك عندكم •

قلت : ان سؤالك هذا طريف يفتح أمامنا باب التحليل النفسى على مصراعيه بل يزيد فيفتح أبواب طائفة من العلوم الانسانية • ولكنى سأختصر القول فابدأ بالاشارة الى ما يسمى بنوم المرضع • فهى تستيقظ سريعا اذا صرخ الطفل على حين أنها قد تستمر فى النوم اذا حدثت أصوات أخرى عاليه • والسبب فى ذلك واضح • ولا يقل عن ذلك وضوحا اهتمام ابنتيك احداهما بالاخرى اهتماما يفوق ما عداه •

قال صديقى : أن ما قلت يوضح لى لم استجابت الأخت لأختها ولكنى لا زلت أطمع فى أن تبين لى كيف يفهم النائم اشياء قد يستعصى فهمها على المستيقظ •

قلت : دعنى اذن أسرد عليك طائفة من التجارب العلمية هى آخر ما وصل اليه البحث فى هذا الميدان • فقد كنا نعلم من خبرتنا الطبية ان الاحلام ضرب من اللغة الرمزية • وهناك نوعان منها • النوع الأول رمزية فردية تتصل بخبرات الحالم الذاتية بكشف التحليل عن معانيها فى يسر • أما النوع الثانى فهو رمزية مشتركة بين أفراد الجنس

الانساني بأسره نجد آثارها فى الاساطير والامثال والاغانى الشعبية لدى جميع الشعوب منذ أقدم العصور الى يومنا هذا ، فضلا عن آثارها فى مفردات كثير من اللغات ثم فى الشعر وغيره من الوان الانتاج الفنى وأحيانا فى الامراض النفسية فكأننا ازاء لغة قديمة قبعت مخلفاتها فى زاوية خفية من النفس ، تعود الى الظهــور فى أحوال خاصة كالنــوم والمرض النفسى ونشوة الابداع الفنى وما اليها .

واليك بضعة أمثلة من التجارب التى أجريت للتحقق من وجود رموز مشاعة بين الناس جميعا . وتستخدم هـــذه التجارب طريقة التنويم الصناعى بالايحاء ثم يستفسر النائم عن معنى حلم يذكر له أو أسطورة يقصها عليه المجرب ، ففى احدى هذه التجارب نوم المجرب عدة أشخاص ثم سألهم عن معنى الحلم الآتى : صبى كان يجلس الى مكتبه يســتذكر دروسه واذا بالنار تشتعل فى ســـلة الورق الموضوعة بجانبه فجرى واحضر ماء أطفأ به النار . فكانت أجابتهم جميعا ان هذا الصبى بال فى فراشه . ونحن نعلم من البحوث فى تحليل الأحلام أن اشتعال النار فى الحلم يرمز الى عادة التبول فى الفراش .. ونجد صدى لهذا الرمز فى تحذير الأمهات المصريات لأطفالهن من اللعب بالنار والا تبولوا ، وقد ثبت ان من قوانين المغول فى أيام جنكيز خان ان من يبول على رماد النار يحكم عليه بالقتل . فأنت ترى أيها الصديق ان اشتعال النار رمز للتبول لا شك فيه وهناك من الشواهد ما يدل على ان هــذا الرمز مستمد من قصة سيطرة الانسان على النار فى فجـــر التاريخ والذى يهمنا من هـــذا كله ان التجربة التى وصفتها لك تقيم الدليل على ان النائم يفهم هذا الرمز لتوه على حين أنه لا يدرك معناه اثناء اليقظة .

والىك تجربة أخـــرى تبلغ الغاية فى قوة الدلالة . فقـــد أوحى لشـــخص أنه كان يتبول فى فراشه عنـــدما كان طفلا وان أمه كانت تؤنبه على ذلك تأنيبا شديدا ، وعندما نام حلم أنه سقط فى حوض من الماء فأنبته أمه على ذلك . ثم قص المجرب هذا الحلم على شخص آخـــر نوم

تنويما صناعيا وكان يجهل مصدر هذا الحلم ، فأجاب دون تردد : لابد ان صاحب هذا الحلم كان يبول في فراشه · وهكذا استطاع الشخص الثاني ان يدرك ما أوحينا به الى الشخص الاول وذلك دليل قاطع على أن بعض المعاني التي نفكر فيها اثناء اليقظة يترجمها الحلم الى لغة رمزية يفهم النائم دلالتها فهما واضحا ويستجيب لها في ظروف معينة كما حدث ذلك لابنتيك وكما حدث في هذه التجارب · أما المستيقظ فأنه لا يفهم هذه اللغة فهما صريحا وان أحس بدلالتها احساسا خفيا يتجلى في استمتاعه بالشعر الرمزي أو القصصي الخرافي ، على حين أن النائم يفهم معانيها فهما واضحا مباشرا لا لبس فيه · واليك ما يوضح ذلك ·

فقد دلتنا دراستنا للاحلام والاساطير وأصول المفردات اللغوية على ان الخروج من الماء أو الانغماس فيه وبخاصة الانقاذ من الماء رموز للولادة · وهناك مئات من الاساطير تصور جميعا ولادة الابطال في تعبير رمزي واحد هو انتشال طفل من قارب كان يطفو به على الماء · وأقدم هذه الاساطير اسطورة تتناول ولادة سرجون الاول ملك بابل ونجد هذا الرمز مستخدما في أكثر من موضع من قصص الف ليلة وليلة · وفي اللغة مخض بالدلو ضرب بها في ماء البئر لتمتلىء · والمخاض وجع الولادة · ومن صفات البحر لدى بعض سكان مصر ان الداخل فيه مفقود والخارج منه مولود · وللتحقق من صحة هذا الرمز وشيوعه أجريت التجربة الآتية · نوم شخص ثم قص عليه المجرب اسطورة تدور حول انتشال طفل من الماء · فأجاب لتوه · لابد ان امرأة قد وضعت طفلا · فأنت ترى أيها الصديق من هذه الشواهد كلها أن هناك أشبه شيء بلغة رمزية لا ندركها ادراكا تاما الا اذا اخذتنا سنة من النوم او نفحة من الحب أو مس من الجنون ·

قال صديقي : مالك تمزج بين أشياء متباينة · أنك تزعجني بذكر الجنون في هذا المقام · قلت : هون عليك · لقد ذكرت لك أن الأحلام ضرب من اللغة الرمزية تستمد عناصرها من لغة قديمة بلت ولم يبق

منها الا بضع آثار مبعثره في اللغات والاساطير وما اليها ولكن أصولها ما زالت باقية فى اعماقنا فتبعث أثناء النوم أو فى الازمات النفسية ، فتحل محل لغتنا العادية المنطقية • مثلنا فى ذلك مثل الطفل يعود الى لعبته القديمة المحطمة يتلهى بها عن مرارة الواقع يبهظ كاهله •

فهذه عانس بائسة طواها المرض العقلى فى دوامة من الهذيان والهلوسة • ومن أغرب مظاهر الهلوسة لديها أنها كانت لا تمل من الحديث عن معطف وهمى تقول أنها تلبسه ليلا ونهارا وصيفا وشتاء • وقد بدأ مرض هذه السيدة منذ نحو ثمان سنوات احساسات هلوسية فى يدها وامتناعها عن مصافحة الناس •

وقد تبين من استقصاء تاريخ هذه المريضة انها فى الفترة السابقة لمرضها كانت تهيم بحب شاب كان يتردد على اسرتها وظنت أنه يبادلها الحب ، وذات يوم دعت الاسرة هذا الشاب الى حفل أقامته ولأمر ما دخل فى زعمها أنه سينتهز هذه الفرصة لكى يطلب يدها فأعلنت ذلك لاخوتها واخواتها وظلت تنتظر مجيئه دون جدوى • ومضت الاشهر دون أن يتقدم الشاب يطلب الزواج منها • فاذا بها تحس يوما بأحساسات غريبة فى يدها دل التحليل على انها تحقيق وهمى لرغبتها فى اقبال الشاب على طلب يدها وكأن امتناعها عن مصافحة الناس تعبير عن رغبتها فى الا تهب يدها لغير حبيبها •

اما المعطف الوهمى فقد دل التحليل على أنه رمز لاتمام الزواج • فمن التقاليد المعروفة لدى أهل البدو قديما ان العريس يخلع يوم الزفاف عباءته على عروسه ويقول لها : « من الآن فصاعدا لا غطاء لك سواى » وما زالت هذه العادة سائدة فى بعض ارياف مصر ، وقد جاء ذكر هذه العادة فى أكثر من موضع من التوراة ويحكى فى الاساطير اليونانية القديمة ان زويس غطى الآلهة هيرا بعباءته فى حفلة الزفاف واخيرا فان دراسة الاحلام تدلنا على ان المعطف رمز للرجل يزف الى المرأة •

يتبين اذن من هذه الشـــواهد كلها ان المعطف رمـز ثابت الدلالة انحدر الينا من اقدم العصور · ولا شك ان هذه المريضة لم تكن تدرك مهنى هذا الرمز ومع ذلك فقد اســـتخدمه المرض فى التعبير عن رغبة دفينة · ونجد مخلفات هذه اللغة الرمزية القديمة فى كثير من مفردات اللغة العربية · مثلا يرمز فى الاحلام للمرأة بالســـفينة · وفى اللغة الجوارى السفن والجوارى النســـاء وكذلك يرمز للمـــرأة فى الاحلام بالقارورة وما اليها ومن الكلمات المأثورة رفقا بالقوارير أى النســـاء وتستخدم الاحـلام الغرفة وما اليها رمزا للمـــرأة · ونجد فى اللغة الدارجة كلمة هانم وهى منحدرة من الفارسية خانم نسبة الى خان أى نزل ·

قال صديقى : ولكن ما تلك اللغـــة الرمزية التى تتجلى فى الاحلام التى تتناول الماضى وفى الامراض النفسية وفى الاســـاطير والمفردات اللغـــوية ·

قلت : ليست هذه اللغة الا لغة الانســـان قبل ان يتعلم الاســـاليب المنطقية فى التفكير والتعبير حين كان يفرق بين الاشياء مادامت تستثير فيه نفس الانفعال ، كأن يعد الموت رحيلا والاب ملكا والانتشال من الماء ميلادا · وهى لغة الطفل بعيد فى تطوره مراحل الانسانية الاولى لا بل هى لغتنا نحن الراشدين حين نتخفف من غلواء المنطق فى غفوة النوم او متعة النكتة او فى نشوة الحب او الابداع الفنى ·

أحلام

لانكاد نعرف من أحوال الانسان وما يلم به شيئا أثار فيــه حب الاستطلاع مثل ماأثارته الاحلام • أن الانسان يقضى نحو ثلث عمره نائما ويرى فى نومه أحلاما يعيشها كما يعيش أحداث اليقظة فتملؤه ســعادة أو شــقاء •

فيقول أفلاطون فى كتابه « الجمهورية » : ان بعض الاهواء والرغبات تتسم بالزيغ • وأكبر الظن أنها موجودة فينا بالفطرة • ولــكنها تقمع بفضل القوانين والميل الى الخير • وقد ينجح العقل لدى البعض فى ضبطها فيخفت صوتها ، ولكنها تظل لدى البعض الآخر قوية كثيرة • وأعنى بهذه الرغبات تلك التى تستيقظ أثناء النوم عندما يهج ذلك الجزء العاقل من النفس الذى يضبط الجزء الآخر ،فيتوثب الجزء العاقل من النفس الذى يضبط الجزء الآخر ، فيتوثب الجزء الحيوانى الهمجى فيهز النوم وينطلق باحثا عن اشباع شهواته وكأنه أطرح كل حياء وحذر • وجملة القــول أنه لايحجم اذ ذاك عن أى جنون أو اسفاف •

ولكن هذه الملاحظات وما اليها ، على مافيها من نفاذ البصــيرة ، لاتعدو أن تكون لمحات فى بعض جوانب الحلم • وظلت طبيعة الحلم تنتظر التفسير العلمى الدقيق منذ فجر التاريخ الى مطلع هذا القرن حين أشرقت عبقرية فرويد فاستنبط منهجا جــديدا كشف به عن طبيعة الحلم والمرض النفسى معا لابل عن طبيعة النفس الانسانية باسرها •

ويجدر بنا الآن أن ننظر فى حلم ونحاول تفسيره بطريقة التحليل النفسى :

فتاة رأت فى الحلم رجلا يحاول أن يمتطى فرسا صغيرا أسمر اللون عصبى المزاج فيفشل ثلاث مرات · فلما حاول المرة الرابعة نجح وانطلق يعدو بالفرس جيئة وذهابا ·

ليس فى هذا الحلم شىء غريب ، فهو مشهد عادى مما قد يراه الانسان فى اليقظة ، فهل نقنع بذلك ونقول لعل هذه الفتاة قد رأت بالأمس منظرا من هذا القبيل فشغلها أثناء النوم ، ولكن لم شغلها هذا المنظر بالذات دون غيره من المناظر الكثيرة التى مرت بها فى أمسها · ولم فشل الرجل ثلاث مرات ونجح فى الرابعة ثم لم لا نسأل الفتاة نفسها · أليست هى التى رأت هذا الحلم فلابد أنها تعرف عنه أشياء لانعرفها نحن ·

قالت هذه الفتاة عن الفرس الصغير أنه من نوع السيسى · ولما أطلقت خواطرها على سجيتها ذكرت أن أهلها ومعارفها يدعونها سوسو · وأن والدها كان أثناء طفولتها يدعوها أحيانا سيسى لكثرة قفزها وعدوها ·

اذن فهى السيسى وهاهى ذى تتنبه الآن الى أن ماذكرته من أوصاف الفرس ينطبق عليها : فهى أيضا سمراء اللون عصبية المزاج · لنسألها الآن عن الرجل الذى رأته فى الحلم · قالت انها لاتعرفه · ثم ذكرت أنه كان يضع قفازه فى يده بطريقة تشبه طريقة خطيبها ، وبقى أن نعرف شيئا عن المحاولات الثلاثة الفاشلة ، قالت انه لايخطر لها شىء عن ذلك · ثم سكتت · وفجأة أحمر وجهها ، ثم قالت بأنها خرجت مع خطيبها يوما للنزهة وتبادلا عبارات الحب والوفاء · ولاطفها خطيبها وامعن فى ذلك ولكنها صدته فى الوقت المناسب · وعاود ملاطفتها مرة ثانية فثالثة فكانت تردعه كل مرة فى حزم · والآن اذا عدنا الى الحلم نجد أن الرجل حاول محاولة

رابعة فنجح فالفرق واضح بين ماحدث فى اليقظة وماحدث فى الحلم وقد فطنت اليه الفتاة من تلقاء نفسها ، ولم تكن تدرك ذلك قبل تحليل الحلم ٠

يتضح اذن أن هذا الحلم لايعرض لشيء عادى تافه وانما يعالج قصة الفتاة نفسها ، قصة حبها ، ونضالها مع نفسها ٠ فعندما هجع عقلها أثناء النوم أتيح لاهوائها الدفينة أن تحقق مالم يتحقق أثناء اليقظة ٠ الحلم اذن نوع من الاخراج المسرحي تتشخص فيه أهواؤنا فترتوى بعد ظمأ ، وتلبس من الاقنعة مايخفى حقيقتها وتصطنع من اللغة أساليب العجاز والاستعارة والكناية ٠ فشخص الخطيب لايظهر سافرا فى الحلم ولايدل عليه الا أسلوبه فى حمل القفاز ، وصاحبة الحلم نفسها تتخذ صورة الفرس الصغير كناية عن شخصها ٠ أما محور القصة فلا يشير اليه الا نجاح الفارس فى محاولته الرابعة ٠

وغنى عن البيان أن مانرى فى الحلم من استخفاء يقصد به مغافلة الدوافع التى تحض على العفه ٠ فمهما غفت هذه الدوافع فهناك بقية من الصحو تزجر ، ويشبه الامر مايتوسل به الصحفى من حيل فى نشر خبر لاترضى عنه الرقابة ٠

نستطيع اذن أن نقرر أن الحلم رغبة مكبوتة فى صورة مقنعة ٠ على أن الاقنعة التى يصطنعها الحلم لاترجع فقط الى ضرورة مغافلة الرقابة وانما ترجع أيضا الى طبيعة الطبقات السفلى من العقل الانسانى ، فهذه لاتخضع لقواعد المنطق التى يخضع لها عقلنا فى أثناء الصحو ٠ بل تسير وفق منطق أقرب الى منطق الطفل والرجل المهجى ٠ ومن هنا كانت أحداث الطفولة وانفعالاتها عظيمة الاثر فى تكوين الحلم ٠

فهذا شاب يرى فى الحلم رجلا صينيا يجلس اليه ويناقشه ثم يختفى الرجل الصينى فيرى نفسه بين أطفال يلعبون ويمرحون ٠

ولما فكر صاحب الحلم فى المكان الذى كان يمرح فيه الاطفال تداعت له صور من القرية التى قضى فيها طفولته يمرح مع أترابه ، أما عن الرجل الصينى فقد ذكر أنه لم يلتق فى حياته برجل صينى . ولما أرخى لخواطره العنان ، عادت اليه ذكريات من طفولته . فقال ان والده كان يسافر كثيرا لبعض أعماله . وعندما كانت تطول غيبته كان يرسل لاهله الهدايا . وفى يوم وصلهم صندوق فتحه فوجد به طقما من الصينى وكان هذا دليلا على أن والده ستطول غيبته ، فاذا عرفنا أن والد هذا الشاب رجل متزمت يضيق الخناق على أولاده فلا يكادون يستمتعون بشىء فى أثناء وجوده لوضح لنا معنى الحلم . أن صاحب الحلم يود أن يغيب أبوه وتطول غيبته كما كان يفعل قديما عندما وصلهم صندوق الصينى فتتاح له الاستمتاع بما يحرمه عليه أبوه .

على أن أخطر ماتكشف لنا عنه دراسة الأحلام هو ذلك الصراع الذى يقوم بين جوانب النفس وكأنه جزء من طبيعتها ، صراع يدور حول تخييلات مما يميز التفكير السحرى لدى الطفل والرجل الهمجى والحلم الآتى يوضح بعض هذه الصفات . فتاة رأت فى الحلم أنها دخلت متجرا وابتاعت منه خاتما وبعض الملابس . وعندما ارتدتها بدت عليها واسعة مضحكة فسخر منها الحاضرون .

ذكرت الفتاة بصدد الملابس أنها كثيرا ماتاقت الى اقتناء الملابس الثمينة ، وأنها لاتستطيع أن تجارى أختها الكبرى فى هذا المضمار لأن أختها متزوجة من رجل ثرى يمكنها من كل ماتشتهى ، ثم ذكرت أن زوج أختها كان قد تقدم فى أول الأمر بطلب يدها ، ولكن والدها أقنعه بالزواج من الكبرى لان التقاليد تقضى بذلك . ثم قادتها خواطرها الى ذكريات الطفولة ، فقالت أن أختها كانت تتولى تربيتها ولكنها كانت تؤثر نفسها بأحسن المأكل والملبس . ثم تذكرت أنها أرادت يوما أن تجرب خاتما تملكه أختها فنهرتها عن ذلك فى قسوة وقالت لها : لن تأخذى شيئا أملكه الا اذا وافانى الموت . وتذكرت

وجأة أن هذا الخاتم كان مرصعا بفص أسود شبيهبأزرار ملابس الحداد وقادها تداعى الخواطر الى قصة خاتم سليمان والى أن اسم زوجأختها سليمان • ثم الى رواية سمعتها من احدى صديقاتها ، خلاصتها أن والد هذه الصديقة كان قد اشترى خاتما لاخت لها أكبر منها ولكن الخاتم كان ضيقا على أختها ولم يدخل الا فى أصبع صديقتهافقازت به •

يتضح من مجموع هذه المستدعيات أن الحلم يحقق رغبات لاتستطيع الحالمة أن تصارح بها نفسها فى اليقظة • ففى الحلم مايدل على الحداد بشأن أختها فهى تقضى عليها بالموت فتفوز بسليمان وثروته • وهى تتوسل الى تحقيق ذلك كله بوسائل سحرية كما تدل على ذلك قصة خاتم سليمان • وجدير بالذكر أن فيما تداعى لها من الخواطر مايدل على أنها تنسج أخيلة تذكرنا بقصة سندرلا التى فازت بالامير زوجا دون اخواتها وذلك بفضل الحذاء الصغير الضيق الذى لايناسب الا قدمها الصغير •

حقا أن الحلم يبرزها فى ملابس واسعة لاضيقة • ولكن الحلم كثيرا مايستخدم الشىء فى التعبير عن ضده وتلك سمة من سمات العقل البدائى ، فاللغات البدائية تزخر بالكلمات التى تدل على الشىء وضده فى آن واحد ، فضلا عما يهدف اليه ذلك من توقيع العقاب على صاحبة الحلم بما نالها من سخرية فيخفف شعورها بالاثم ، وقدأبان التحليل النفسى أن هذه كلها نماذج تحتذيها الامراض النفسية ، كما تنسج على منوالها الاساطير الشعبية •

وخلاصة القول أن الحلم نافذة تطل على أعماق النفس يترامى البصر منها الى آفاق تصل الى طفولة الانسان لا بل الى فجر تاريخ الانسانية ومراحل تطورها جميعا •

مقارنة بين الحلم والمرض النفسى

لفت التشابه بين الحلم والمرض النفسى نظر الكثير من العلماء والفلاسفة ، فعبر الفيلسوف الألمانى شوبنهور عن ذلك بقوله : «ان الحلم مرض نفسى قصير يستغرق الليل ، وآن المرض النفسى حلم طويل يستغرق الليل والنهار » ويتضح لنا سداد هذه المقارنة التى يعقدها شوبنهور بين الحلم والمرض النفسى اذا ذكرنا اننا نتصرف فى أحلامنا كالمجانين ، ألسنا نؤمن اثناء النوم بما نرى ونظنه حقيقة واقعة مهما كان مغربا كما يؤمن المجنون بأوهامه وهذيانه ، وغنى عن البيان أن هذه القضية خاضعة للامكانيات الحالية للبحث العلمى ٠

على أن التحليل النفسى يذهب الى أبعد من ذلك ، فقد بين أن طبيعة العمليات النفسية هى هى فى الحلم والمرض النفسى ، بحيث أصبح تحليل الأحلام أقرب طريق لفهم المرض النفسى وعلاجه ٠

وأخطر من ذلك أن الدليل يقوم اليوم على آن الاصحاء يصدرون أحيانا فى يقظتهم عن أحوال نفسية لاتختلف فى جوهرها عما تجرى به الأحلام وما تنشأ عنه الأمراض النفسية ، وفى الحالة الآتية ما يوضح كل ذلك ٠

مريض فى الثلاثين من عمره ذو ثقافة عالية وذكاء ملحوظ ، كان يعالج بالتحليل النفسى من أعراض أهمها قلق شديد واضطراب بالغ فى حياته الزوجية ، وذات يوم كان منبطحا على بطنه يدق مسمارا بمطرقة فانتابه اذ ذاك ألم حاد فى الناحية اليمنى من صدره ، واتضح من الفحص أن هذا الألم (نورالجيا) أى ألم أعصاب مابين الضلوع ، وقد وصف المريض ألمه بقوله : « كأنما أصابتنى ضربة سكين » ، ولما

أرسل المريض خواطره على سجيتها ذكر أنه يحس بالسخط والغضب على زوجته لجفوتها أياه ولاهمالها شئونه ، وفى أثناء هـــذا الحديث الغاضب تعثر لسانه فوقع فى فلتة لسانية مزدوجة فقال : أن زوجته كانت تنتظر منه أن يضرب لها السكين ، ثم استدرك وقال أن يضرب لها التليفون ، ثم استدرك مرة ثانية فقال : انه هو الذى كان ينتظر منها أن تضرب له التليفون ·

ومن خواطره فى الجلسة نفسها أن حواء خرجت من ضلع آدم الأيمن أى من مثل الموضع الذى يحس فيه الألم ، وقد رأيناه فى بدء الجلسة حانقا على زوجته ، وهاهو يقرن بين موضع ألمه وبين منشأ حـــواء ، فهل تكون هناك علاقة بين زوجته أى حوائه وبين الألم الذى انتابه فى جنبــه ·

وقد يجدر بنا أن نتساءل لم فلت لسان المريض فقــــال ضرب السكين بدلا من ضرب التليفون ، هل كان ذلك مصــــادفة بحثـــه ، نفسرها بأنه سبق له أن شبه آلة بضربة السكين ، ولكن لم يقحم لفظ من عبارة سابقة نفسه فى عبارة لاحقة أكان ذلك لأندفاعه فى الحديث تحت تأثير الغضب · ولكن الا يوحى الينا الغضبان الذى يذكر السكين بدلا من التليفون بان غضبه فتاك · ان الحكمة الشعبية تقرر أن المرء يقع بلسانه · وكلنا نعرف أن لساننا يزل فنفصح عما كنا نريد اخفاءه وقد أدرك الشعراء هذه الحقيقة النفسية فنرى شكسبير فى مسرحيـــة تأجر البندقية يستخدم فلتات اللسان فى آداء فنى رائع فيجعـــل بورشيا تبوح بحبها لبسانيو عن غير قصد ·

بقى أن نعرف معنى الفلتة اللسانية الثانية عنـــدما قال المريض أن زوجته كانت تنتظر منه التليفون بدلا من قوله أنه هو الذى ينتظرمنها التليفون · اننا نعلم انه هو الذى كان يضرب مسمارا بمطرقة · ومـــع ذلك فهو الذى أحس اذ ذاك بضربة السكين · تعبر هذه الفلتة الثانية عن انقلاب فى الاوضاع فأصبح الفاعل مفعولا به أيضا ·

يخلص لنا من مجموعة خواطره وفلتات لسانه فى هذه الجلسة أن ثمة علاقة وثيقة بين غضبه من زوجته وما انتابه من ألم حاد فى أثناء طرق المسمار .

وقد أتى المريض فى الجلسة التالية بحلم رأى فيه نفسه فى مكان ذكره بالمكان الذى لقى فيه زوجته لاول مرة . ثم دخل دهليزا وجد فيه عاملا يخرق حائطا يفصل الدهليز عن حجرة واسعة . وقد ذكر له العامل أن رئيسه أمره أن يضع مرآة فى المكان المخروق من الحائط . ولما خرج وجد سيارته فى وضع محاذ لافريز الشارع لاعمودى عليه كما كان قد تركها ، فكان ذلك موضع دهشته .

وكانت الخواطر التى تداعت مع صور هذا الحلم أن العامل ذكره بنفسه يوم كان يدق المسمار وأصابه الألم ، وأن المرآة ذكرته بأنه وقف يوما مع زوجته أمام مرآة يتأملان صورتيهما فيها ، ثم خطرت له هذه الحقيقة البديهية وهى أن المرآة تعكس الصورة ، وقاده التداعى الى الحديث عن زوجته وأثارتها لسخطه عليها وعدم أجترائه على اظهار هذا السخط . أما الرئيس فهو رمز واضح للسلطان وخاصة للسلطان الأبوى وما يقوم مقامه من نواهى الضمير وأوامره .

والآن نستطيع أن نستشف معانى الحلم . فواضح أن العامل الذى يخرق الحائط يصور المريض مدفوعا الى العدوان العنيف نحو زوجته ففى لفظ الخرق مايوحى بعدوان قوى . ولكن أمر رئيسه حاسم فى أن توضع مرآة مكان الجزء المخروق بين الحائط فلا بد من أن يرتد العدوان الى فاعله كما تعكس المرآة الاشعة الواقعة عليها .

أما وضع السيارة فى محاذاة الافريز بعد وضعها عمودية عليه فهو يشير الى ماكان يصيبه من تخاذل واسترخاء منعا للعدوان والقتال نحو زوجته، واذا قربنا الآن بين ماتداعى للمريض من الخواطر الخاصة بخلق حواء من ضلع آدم المقابل لموضع المه . والخاصة بالفلتة اللسانية التى استبدل

فيها ضرب السكين بضرب التليفون ، كما استبدل فيها انتظار زوجته التليفون بانتظاره هو ، وهو استبدال يوحى بوقوع الشيء لغير من قصد به ـ اذا قربنا بين كل هذاوبين معانى الحلم لاتضح لنا أن طرق المسمار يوم أصابه الالم قام لديه مقاما لاشعوريا مقام الفعل العدوانى نحو زوجته • أما الالم فقد قام مقام ارتداد العدوان اليه •
على أن ثمة مايدل على أن هذا العدوان المرتد لاينال صاحبه فحسب بل ينال أيضا الشخص المقصود بالعدوان • ذلك أن المحب يجعل حبيبه بعض نفسه فى نوع من التوحد ، كما كانت حواء بعض آدم ، والحلم الآتى الذى ذكره المريض فى الجلسة التالية يوضح كل ماقدمناه •

فقد رأى رجلا مستلقيا على نحو يشبه استلقاءه هو فى أثناء التحليل على حد قوله • وقد أصيب الرجل المستلقى بطعنة خنجر من شخص اليف حاول اخفاء الخنجر فافتضح وتبين فى اخر الامر أن المصاب هو زوجة المريض •

ونجد هذا النمط فى حياته الواقعية • فقد كان تخاذله فى حياته الزوجية مبعث ضيق لزوجته بالرغم من أنه يهدف أصلا الى منع العدوان عنها •

والذى يهمنا من هذا كله هو التشابه العميق بين بنيان المرض النفسى وبنيان الحلم ثم بنيان بعض الاحوال النفسيةلدى الاسوياء مثل فلتات اللسان وما اليها • فلاشك أن مافلتت به لسان المريض أمر قد يقع لاى انسان سليم • ومع ذلك فقد وضح لنا أن بواعث هذه الفلتة هى نفس بواعث المرض النفسى وهى كذلك نفس بواعث الحلم • كما وضح لنا أن تكوين الفلتة والحلم والمرض النفسى واحد فى أساسه •

فقد تبين لنا من التحليل أن الألم لدى المريض نشأمن تخيل عدوانى عنيف نحو زوجته فقضى عليه ضميره وحبه لها أن يرده الى نفسه • فعندما كان يطرق المسمار صور له خياله أنه يطرقه فى زوجته ، ومن

الجلى أن الأمر جميعه لم يعد نطاق الخيال ، وهذه سـمة أساسـية فى الامراض النفسية والاحلام معا ، أعنى أن الخيال يعادل الواقع والنيـة تساوى الفعل ٠

وخلاصة القول أن الاحلام تقوم لدينا بوظيفة التنفس عما تضطرب به نفوسنا من الانفعالات والاهواء ٠ ولكن مرجل الانفعالات قد يصل الى درجة بالغة من الغليان فلا يفلح صمام الاحلام فى تصريف ضغطها ٠ عند ذلك لايجد الانسان بدا من اصطناع نوع من الحلم فى أثناء اليقظة وأعنى به المرض النفسى ، هذا الا اذا أتاحت له مواهبه أن يفرغ أحلامه فى لون من ألوان الابداع الفنى كالشعر ينشده أو الانغام يعزفها ٠

النسيان

ذهبت لزيارة صديقي في مكتبه ، فرحب بي، ثم استدعى الخادم لكي يحضر لنا القهوة • ولكنه ما كاد يناديه حتى بدا عليه أنه ناداه باسم آخر غير اسمه فأعاد النداء وحاول أن يذكر الاسم الصحيح دون جدوى فارتفعت نبرات صوته تنم عن الغضب ، كأن هــــذا الخادم المسكين مسئول عما حل بصديقي من النسيان ، وانتهى بأن ناداه بعبـــارة : يا اسمك ايه انت ، وكأنه يستنذكر ذكر الاسم •

ثم التفت الى صديقي وبدا عليه شيء من الخزى لما فعل ، وكنت أعرف عنه طيبة القلب والرحمة بالناس فأيقنت ان ما صدر منه انما يرجع الى سبب من هذه الاسباب التى تغيب عن الادراك ولا يكشف عنهـــــا الا التحليل •

قال صديقي بصوت متهدج : والله ياأخى ان امرى مع هذا الخادم لغريب • فلا أكاد املك نفسى اذا حضر فأحتد عليه لاتفه الاســباب • وقد رأيت كيف انسيت اسمه • وان النسيان ليلح على فلا استطيع أن أذكر اسمه مهما تكرر ذكره على سمعى • ثم سكت • ولعله رأى فى اصغائى اليه واهتمامى بما يقول دليلا عـــلى انى لا أحمـــل له لوما ، فانبسطت أسارير وجهــه وقال بصوت هادىء : هل لك أن توضح لى أيها الصديق أسباب النسيان •

فقلت : لقد كنا بصدد نسيانك لاسم خادمك • أفلا ترى أنه أجدربنا أن ننظر فى أسباب هذا النسيان الخاص •

قال صديقي : ولكنى لا أعرف ما يجعلنى أنسى أسمه • ثم انى كثيرا

ما أنسيت اسماء أخرى · وانه ليحزنني أن يحول النسيان بيني وبين تنفيذ الكثير مما أعقد العزم عليه · ولهذا فقد رغبت اليك أن تحدثني عن النسيان ·

فقلت : انني أعجب بلباقتك في اقناعي بالعدول عن الخوض في أمر نسيانك لاسم خادمك · وإنك لتؤثر أن القي عليك محاضرة في النسيان عامة فلا نمس شيئا من أحوالك الخاصة · وان الدافع الى نسيانك اسم خادمك لهو نفسه الذى يدفعك الآن الى العزوف عن البحث فى أسباب هذا النسيان بالذات ·

قال صديقي مبتسما : قد يكون الحق في جانبك · والآن أخبرني · ماذا أصنع حتى أعينك على الكشف عن أسباب نسيان أسم الخادم ·
فقلت : وما اسمه

قال صديقي : أمهلني لحظة · ان اسم الدكرورى يحضرني كالعادة · ولكن هذا ليس اسم خادمي · وانما يسمى باسم يقترب في جرسه من اسم الدكرورى · هلا نادينا الخادم وسألناه عن اسمه ·

فقلت : هون عليك · وحاول الآن أن ترسل خواطرك على سجيتها فتذكر لى ما يتداعى لك بصدد اسم الدكرورى ·

فتريث صديقي ثم قال : الدكرورى · هذا اسم غريب · لا أعرف أحدا يحمل هذا الاسم · ومعذلك فان المنطق يشير الى أنه لابد أن يكون لهذا الاسم قصة طواها النسيان والا لما الح على هذا الالحاح · والحق أن لهذا الاسم صدى فى نفسى ولكنى لا أعرف كنهه · وهنا ارتسمت على وجهه أمارات الجد ثم الدهشة ثم السرور الفياض وصاح قائلا : الدكرورى · يا للعجب · كيف لا أذكر الدكرورى · زميلي في المدرسة الابتدائية · ثم تجهم وجهه قليلا وقال : ومنافسى فى الدراسة والالعاب الرياضية · وقد أحرز شيئا من السبق فى الالعاب الرياضية ، ولكنى

تفوقت عليه نفوقا ساحقا فى الدراسة . وكم سخرت منه لبلادته وأشبعت غرور طفولتى بالتندر عليه .

فقلت : لعلك أدركت الآن لم يقحم هذا الاسم نفسه عليك كلما أردت أن تذكر اسم الخادم . فقال : لابد أن ذلك لانه يشبع فى نفسى نوعا من الغرور . ولكن ما حاجتى الى ذلك بصدد هذا الخادم .

فقلت : قد أستطيع أن أعينك الآن . ان اسم الدكروزى يرضى كبرياءك . أفلا تظن أن اسم الخادم يتصل بقصة تؤذى كبرياءك ، فكأن نسيانك لاسمه وتذكرك اسم الدكرورى قلب للاوضاع وتصحيح لها وفق هواك . وأن ..

فقاطعنى قائلا : مهلا . لقدتذكرتأسم الخادم . انهيدعى الكردى لعنة الله عليه . لا أقصد الخادم وانما رجلا يحمل هذا الاسم أهاننى اهانة حزت فى نفسى ، فقد طاب له أن يستغل سلطانه ويسخر منى سخرية لاذعة . ولم أفق مما نالنى منه الا بعد أن شيعنى الى الباب بضحكات ظل صداها يدوى فى أذنى أياما . ثم سكت صديقى وعادت اليه ابتسامته فقال : لقد فهمت الآن سبب غضبى منالخادم ونسيانى اسمه . ولكن ألا ترى انه من الجبن أن أفرغ غضبى على هذا المسكين لمجرد أنه يحمل اسم شخص أبغضه .

فقلت : هذا هو منطق العاطفة أيها الصديق . فقد تذكر ذلكالمشهد من مسرحية يوليوس قيصرلشكسبير عندمايثور شعب روما بعداغتيال القيصر ، فاذا ببعض الثوار يلقون رجلا فيسألونه عن اسمه فيخبرهم أنه يدعى سنا . فيصيح أحدهم : اقتلوه . أنه أحد اللذين قتلواالقيصر فيرد قائلا : اننى سنا الشاعر . لست سنا القاتل فيصيح بعضهم : هذا أمر لا أهمية له . أقتلعوا اسمه من قلبه ثم أخلوا سبيله .

قال صديقى : لقد فهمت عنك ورضيت عن نفسى . ولكن هل ترى انه بجوزلى أن أقيس علىما تبينلىمن التحليل السابقفأقرر أن النسيان يكون دائما بسبب شىء يؤذى مشاعرنا .

فقلت : انك لا تعدو الحقيقة فى هذا القياس • واذا أردت صيغة أقرب الى الدقة فقد ينبغي لنا أن نقول : أن النسيان ضرب من الفرار ووسيلة لتفادى الالم سواء أكان الالم متصلا بما ننسى أو كان نتيجة محتومة اذا نحن اعترفنا لانفسنا بما نكره أن نعترف به • فأنت عندما تنسى ميعادا ضربته لصديق • فذلك لانك تكره أن تعترف لنفسك أنك راغب عنه ، ويؤلمك أن تفطن الى ذلك • وجملة القول أن النسيان ينشأ من وجود تيار من الخواطر خفى يحجر على الذاكرة ويعتقل الذكريات •

قال صديقى : انني أرى الكثير من الحق فيما تقول • ومع ذلك كيف تستقيم قاعدة تفادى الالم مع ما نعرف من الحاح الذكريات المؤلمة ، نطردها فتعود كالذباب العنيد •

فقلت : كنت أتوقع منك هذا الاعتراض • والجواب عليه سهل ميسور • ولكنه يقتضينا أن نستعين بخبرتنا فى الامراض النفسية • فقد تعلم أن الامراض النفسية تستند الى نسيان الاحداث التى مرت بنا فى الطفولة • وان ما نذكره منها يكون عادة مفككا متناثرا ، لا يعدو أن يكون ستارا يخفى ذكريات موجعة • واليك قصة مريضة توضح ذلك •

سيدة كانت زاهدة فى انجاب الاطفال • فلما أنجبت طفلا حل بها مرض نفسي خطير • فكانت تفزع من الاقتراب منه ، واصيبت بفقدان الشهية وعافت شرب اللبن والحساء حتى ساءت حالتها • وقد تبين أثناء التحليل أنها لا تذكر حادثة مؤلمة وقعت لها فى السنة الثالثة من عمرها • فقد رأت مربيتها تقدم اللبن لكلب صغير فى وعاء كان مخصصا لها هى فأغضبها ذلك ورفست الكلب رفسة آلمته فجرى يعوى الى الشارع حيث دهمته سيارة قتلته • وقد آلمتها هذه الحادثة ألما شديدا • وظلت ذكراها تعاودها فتستثير مكامن حزنها • فأنت ترى أيها الصديق أن ذلك يؤيد اعتراضك • ولكن انظر ما تبين بعد ذلك من التحليل • فقد نسيت

هذه السيدة انه كان لها أخ أصغر منها توفى وهو فى المهد • وعادت اليها هذه الذكرى بعد شهور طويلة من التحليل ، كما عادت اليهـــا الملابسات التى أدت الى وفاته • فقد أحفظها أن يجيء هذا المولود ويحل محلها على ثدى أمهـا • ودفعتها الغــيرة يوما فضربته على رأسه ضربة صرخ لها • واتفق أن أصيب بعد فترة من الوقت باسهال حاد قضى عليه فوقر فى ذهنها أنها كانت السبب فى وفاته ، وقد خلفت هذه الاحداث فى نفسها شعورا بالاثم عظيما ، لم تقو على الخلاص منه الا بنفى هـذه الذكريات من ذهنها نفيا تاما • ولكنها بقيت مع ذلك فعالة فى أعماقها فأخذها الفزع عندما أنجبت طفلها كأنها تخشى عليه من نفسها ووقعت فى براثن المرض •

ولكن المهم لدينا فى هذا كله ان حادثة الكلب ظلت ما ثلة فى ذهنها تلح عليها وتؤلمها • ولكنها كما ترى لا تعدل فى ألمها ألم ذكرياتها عن أخيها • ولعلك فطنت الآن الى أن ذكرى حادثة الكلب لم تكن الاستارا يحجب ذكرى حادثة أخيها ويشير اليها من طرف خفى ، فيؤلمهـــا الما بجانبه يهون الالم الآخر •

قال صديقى : لقد ارتاحت نفسى لما بينت لى • ولكن خبرنى أيهـا الصديق كيف السبيل الى الخلاص من آفة النسيان •

فقلت لقد رأيت ما انتهجنا من أمر نسيان اســم الخادم • فعليك بمجاهدة النفس وتتبع خواطرك ، فسترى انك ستبلغ شيئا فشيئا ما تبغيه من البرء •

قال صديقى : ولكن الا ترى أن هذا طريق وعر فيه عنت ومشقة •
فقلت : وهل يبلغ الانسان غاية الا بالجهد يبذله •

قرحة المعدة

أعترى اوساط الاطباء شبه هزة من الدهشة منذ نحو خمس وعشرين سنة خلت ، يوم فاجأها رجل من كبار جراحي العالم ، فأعلن في حفل طبي كبير أنه يرى أن قرحة المعدة تنشأ من التوترات الانفعالية أى من أسباب نفسية • ولم تكن الدهشة لطرافة الفكرة أو لخروجها عن المألوف فحسب بل لمجيئها على لسان رجل أنفق حياته في دراسة أعضاء الجسم وجراحته ، فلم تكن العوامل النفسية في صحة الجسم ممايعنى به •

لقد كان الرأى الطبى يجمع على ان قرحة المعدة تنشأ من اختلال فحواه أن غشاء المعدة يتآكل من فعل عصيرها الحامضى ، مثله في ذلك مثل الطعام • ولكن الاسباب المؤدية الى هذا الاختلال الوظيفى بقيت غامضة • حتى تلاحقت الادلة في السنوات العشرين الاخيرة تثبت تأثير الانفعالات النفسية في وظائف المعدة ، وما تحدثه من اضطراب خطير قد يؤدى في النهاية الى آفة القرحة •

وقد جاء الدليل الحاسم على صحة هذا الرأى في مشاهدات لحالة فريدة كان الصبى « توم » يرقب موعد العشاء في لهفة فدخل المطبخ ورأى حساء شهيا يغلى على النار ، فشرب منه ملعقة الهبت حلقه واحترق منها المرىء • وتطور الامر حتى انسد الطريق الى المعدة انسدادا تاما ، فاضطر الجراح الى أن يهيىء له فتحة خارجية في المعدة أشبه شيء بفم معدى • فكان يمضغ طعامه ويصبه في أنبوبة تدخل الى المعدة عن طريق هذه الفتحة •

ولما تقدمت به السن استضافه طبيب كبير في معمله وأخذ يرصد خلال هذه الفتحة تأثير الانفعالات في غشاء المعدة وفي حركة جدرانها

فتبين أن الانفعالات تستثير حركة بالغة وافرازا حمضيا عظيما · واذا دامت هذه التغيرات زمنا طويلا واشتد فعلها ظهرت فى غشاء المعدة بقع من النزيف ومظاهر تقرح ، لا تلبث اذا طال بها الأمد أن تتحول الى قرحات حقه ·

بقى أن نعرف ما طبيعة هذه الانفعالات وما مصدرها وكيف تؤدى الى هذه النتائج الخطيرة · ولا بد لنا من اصطناع منهج التحليل النفسى لبلوغ ما نريد · تدلنا الملاحظة على انتشار قرحة المعدة لدى الطموحين من رجال الاعمال ، ويدل سلوك المرضى بآفة القرحة على أنهم ينزعون فى غير هوادة الى مواجهة العقبات ومغالبتها فنرى المريض وكأنه يوعز : « انى رجل القدرة والنشاط والانتاج ، واننى أهل للمنح وتقديم العون للناس وتحمل التبعات ، أحرص على أن يتوكل على الناس وأن أكون الزعيم المقتدر لا يعوزنى شىء ولا أسأل أحدا ·»

ولكن التحليل النفسى يكشف عما يخفيه هذا السلوك الظاهر من ميول دقيقة هى نقيض هذا السلوك ، ميول قوية الى أن يكونوا موضع الحب والعطف ، ورغبة ملحة فى تلقى العون والاتكال على الغير · كما يدل التحليل على أن هؤلاء المرضى ينكرون على أنفسهم هذه الميول الدفينة فيكتمونها فى أعماقهم ويقوم فى أنفسهم بشأنها صراع خفى عنيف ·

يبدو اذن أن ما يميز سلوك هؤلاء المرضى هو التنكر لما يراودهم من حاجة الى التماس الحب والركون الى الغير · فعوضا عن أن يتلقوا من الغير نراهم يبذلون العطاء وعوضا عن الاعتماد على الآخرين نراهم يجهدون فى سبيل الاستقلال والاكتفاء الذاتى ولكن هذا التنكر لميولهم الدفينة وهذا السلوك المضاد لما يتلهفون عليه فى قرارة انفسهم يضاعف من الحاح هذه الميول ويزيد من ظمئهم الى أن يكونوا موضع العناية والحب ·

أما الدافع الى تنكر هؤلاء المرضى لميولهم الدفينة فهو ما يشعرون بما تنطوى عليه من عودة الى مرحلة الطفولة ، حين كان الطفل حضينا معتمدا على أبويه ، لا يقوى الا على تلقى الحب والعون منهما . وغنى عن البيان أن هذه صفات لا تلائم الشخصية الناضجة ، فلابد لهم من نبذها

وليس من العسير ان نتبين العلاقة بين ما يدور من صراع فى نفوس هؤلاء المرضى وبين اختلال وظائف المعدة لديهم . ذلك بأن الميل الى تلقى الحب والعون يرتبط ارتباطا وثيقا بعمليات التغذية منذ الطفولة الاولى حين كان الطفل يتلقى الحب والغذاء معا من يد واحدة . فالام حين تحتضن طفلها لترضعه ثديها انما تهبه فوق ذلك حرارة صدرها وحنان قبلاتها .

يقترن اذن تناول الطعام بتلقى الحب منذ فجر الحياة ، بحيث يصبح استقبال الطعام رمزا وبشيرا بقدوم الحب . ويصبح الجوع دعاء للطعام والحب معا .

وعندما توصد سبل التنفيس دون الميل الى التماس الحب ، فان الحرمان الذى يفرضه هؤلاء المرضى على أنفسهم لا يلبث أن يستثير وظائف التغذية ، فتنشط المعدة الى الحركة والى افراز عصيرها كأنها تتأهب لاستقبال الطعام . وكلما كان التنكر لهذه الميول عظيما كان الحاحها شديدا ، وكان بديلها الفسيولوجى أعنى نشاط المعدة الى الافراز كبيرا .

ولكن افراز المعدة فى هذه الظروف ليس طبيعيا لانه غير مقترن بتناول الطعام بحيث ان تدفق العصير المعدى الحامضى مع خلوها من الطعام لابد أن ينتهى الى اضطراب مزمن قد ينتهى الى تآكل غشاء المعدة وتكوين القرحة .

ونعرف اليوم أن كثيرا من الناس يجدون فى اقبالهم الشديد على الاكل بديلا من التماس الحب فيصابون بالسمنة ، ويظهر ذلك واضحا فى اقبال الكثير من النساء على أكل الحلوى .

ويحسن بى الآن أن أورد حالة تبرز فيها الملابسات النفسية الخاصة بنشأة قرحة المعدة فى وضوح . كان مريض يبلغ من العمر ٤٦ عاما موضع عناية أمه وتدليلها الفائق أثناء طفولته . وقد تزوج من امرأة ذات شخصية ممتازة متوقعا أن يكون موضع تدليلها . ولكنها عوضا عن ذلك كرست نفسها لمهنتها ونالت فيها نجاحا وتوفيقا عظيمين . فاضطر زوجها زودا عن كرامته أن يبذل قصارى جهده حتى يفوز على الأقل بما يعادل ما فازت به زوجته من كسب ومركز اجتماعى . وانطلق فى عاصفة من النشاط فما لبث أن ظهرت عليه أعراض مؤذنة باختلال خطير فى المعدة ، أخصها آلام لاحقة للهضم وحموضة بالغة مزمنة . ودامت هذه الاعراض ثمانى عشرة سنة دل الفحص فى نهايتها على وجود قرحة معدية ، وبعد مرور سنتين أخريين عانى المريض نزيفا معديا . واتيح له عقب هذا النزيف أن يتعرف الى امرأة لينة الجانب قليلة الطموح تزوجها فبذلت له عطفا وحنانا كأنها أم ، فما لبث أن برىء من أعراضه التى شقى بها عشرين عاما .

يتضح اذن من دراسة حياة هذا المريض أن ظهور قرحة المعدة لديه جاء على عقب حرمانه من أشباع حاجته الى تلقى العطف والعناية ، واضطراره مقهورا أن يسلك مسلك الشخص المقتدر الناضج . ولكن هذه الحالة فريدة فى أن الحرمان فيها جاء من ظروف خارجية هى شخصية زوجته وموقفها منه ، على أن الحرمان فى الحالات المعتادة ينشأ من تنكر المريض من تلقاء نفسه لميوله السلبية ، وجهاده فى سبيل عدم الاعتراف بها .

ان التأمل فى كل ما أسلفنا يعود بالذاكرة الى قول أفلاطون : « وما ينبغى لك أن تحاول شفاء الجسم دون شفاء الروح ، وان ذلك لهو

السبب فى أن شفاء الكثير من الامراض يمتنع على أطباء اليونان • لانهم يغفلون الكائن بوصفه كلا • ذلك أن الجزء لا يمكن أن يكون سليما الا اذا كان الكل سليما • وان أكبر الخطأ فى أيامنا هذه فى علاج الجسم أن الاطباء يفصلون بين الجسم والنفس •»

لقد اقتضى الامر أكثر من الفين سنة حتى يقوم الدليل العلمى على صحة هذه الحقائق الانسانية ، وحتى أصبح الطبيب فى وقتنا هذا يحرص على استقصاء أحوال النفس حرصه على استقصاء أحوال الجسم ابتغاء شفاء مريضه شفاء حقا •

القمــار

جلست الى صديق نتجاذب أطراف الحديث ، وجاء ذكر تحريم القمار فسألني : ما الرأى عندك فى داء القمار ؟

فقلت : هل سميت القمار داء على سبيل المجاز أم أنك تدخله فعلا فى نطاق الامراض ٠

فقال صديقى : والله لا أدرى ٠ اننا نرى المرء وكأنه فقد صوابه ، فلا هو على بيته مبق ولا هو لمستقبل عياله مذكر ٠ كل هذا لان الموائد الخضراء قد بهرته وكأنه مجذوب اليها بسحر ساحر ٠ ومع ذلك قد يكون الرجل ذكيا مشهورا بكفايته ٠ فوالله لا أدرى ما يكون الحكم على صاحب هذا الداء ٠

فقلت : اما أن القمار قد يكون داء أعنى مرضا نفسيا فهـذا أمر لا شك فيه ٠

وقد تعلم أن الانتحار نهاية الـكثيرين من المقامرين ٠

واما أن المريض بداء القمار قد يرى الرأى السديد لغـيره ولا يراه لنفسه فهذا أمر شائع فى الامراض النفسية ٠

قال صديقى : خبرنى اذن ما طبيعة هذا المرض واما أسراره النفسية فقلت : ان ظمأك للمعرفة خليق أن يحفزنى على تبسيط الامر لك عـلى ما فيه من تعقيد ٠ فدعنى أبدأ فأقص عليك قصة مقامر ذاع صيته فى ميدان الادب وأعنى به دستيفسكى ٠ فلم يكن يـكف عن اللعب حتى يخسر آخر مايملك من نقود ٠ وعندما كانت خسارته تسلمه الى الفاقة

كان يستمد من ذلك لونا من اللذة المرضية ، فيجهر أمام زوجته بخسته ودناءته ويوعز اليها أن تعنفه وتحقره ، ثم يعود الى سيرته في اليوم التالى . وقد اعتادت زوجته هذا الاسلوب الغريب من زوجها ووطنت نفسها على الصبر فقد لاحظت أن زوجها لم يكن يحسن الكتابة مثل ما كان يحسنها بعد أن يفقد آخر مايملك .

فكان انتاجه الادبى يصل اذ ذاك الى أوج الروعة .

ولا بد أنك قد فطنت أيها الصديق الى حقيقة الامر . فقد كان دستيفسكى يعانى من مشاعر الاثم المرضى . فاذا ما أشبع رغبته في عقاب نفسه بما كان يخسر ، كانت تزول عنه غمة الاثم فيسمح لنفسه اذ ذاك ببعض النجاح .

قال صديقى : لقد فهمت عنك . أن المقامرين يستهدفون الخسارة تكفيرا عن شعور بالاثم . ولكن خبرنى ما مصدر هذا الاثم .

فقلت : قد ينبغى لنا أن نعرف أولا كيف يؤدى الشعور بالاثم الى داء القمار دون غيره من الامراض النفسية . ولعلك تعيننى فتصف لى ما يتميز به المقامر .

قال صديقى : أكثر ما يلفت النظر لدى المقامر أنه لا يعتبر ، فلا تثنيه الخسارة عن معاودة اللعب .

فقلت : اذا كان المقامر لا يعتبر ، فذلك لانه يؤمن ايمانا راسخا بأن الحظ لا بد أن يواتيه ، دون أن يكون هناك دليل من المنطق على ذلك ولا زلت أذكر حالة محام نابغة كان يدمن لعب القمار . وكان لا يفتأ يؤكد لزوجته أن الحظ لابد أن يبتسم له يوما فيفوز بثروة عظيمة .

وقد تبين أثناء التحليل أن ما يسميه الحظ لم يكن الا رمزا يخفى وراءه شخصية والده . فقد دلله والده تدليلا عظيما أثناء السنوات الاولى

من عمره ، فكان يلبى له كل طلب ، ثم حرمه فجأة مما كان يؤثره به ، وفرض عليه أساليب من السلوك شقت عليه • وقد اتسمت حياته بعد ذلك بسمة ظهرت على غيرها من السمات ، فكانت تصرفاته كلها تنم عن ثقته في أنه يستحق تعويضا • فكأنه في ارتياد اندية القمار وايمانه بانه لابد أن يكسب كان يعرب عن يقينه بما له من حقوق قبل الحظ أى قبل والده ، ومن ثم فهو يتوقع أن يرد اليه ما كان يتمتع به أثناء الطفولة فيجاب له كل مطلب • وما عليه الا أن يهز الزهر ويلقيه أو يتحسس الورق حتى يأتيه ما يريد •

وقد دلتنا التجربة أيها الصديق على أن المقامرين جميعا يشتركون فى هذا الوهم الغريب • فهم يقيمون على ايمانهم بالربح لانهم راغبون فيه • وغنى عن البيان أن هذا الوهم المنافى للمنطق مما يتصف به تفكير الطفل • وذلك أن مبادرة الوالدين لاجابة مطالبه عند أول اشارة يبديها يلقى فى روحه أن لارادته سلطانا مطلقا • فيكفيه أن يقول كن فيكون ، مثله فى ذلك مثل الرجل الهمجى الذى يظن أن فى تعويزته قدرة لا حد لها • ولا يقلع الطفل عن وهمه فى قدراته السحرية الا عند ما يصطدم بالواقع ، فيتعلم أن رغباته شىء وتنفيذها شىء آخر يقتضى منه بذلا للجهد ومعالجة الامور بالروية ، ويدرك فى نفسه مرارة معنى المستحيل •

ولكن بعض الناس لا يطيقون هذا التحول من التفكير السحرى الى التفكير الواقعى ، ويضيقون بما يفرض عليهم من النواهى ، فيظلون طوال حياتهم ساخطين على معانى العقل والمنطق والواقع ، ويتنبئون باستعادة ماكان لهم من سلطان الارادة المطلق •

ومن الجلى أن موائد القمار تهيئ لهذا النفر من الناس فرصة نادرة يعلنون فيها عصيانهم على المنطق ، ويقيمون فيها الدليل على سخافة العقل • فها هى أمور قائمة لا ينتظمها أن منطق ها هو نفر يكسب ونفر يخسر وفقا لورق لا عقل له ولا منطق • انه أسلوب يتحدى

الواقع يرجع بالمقامر الى د: يا الطفولة فينفض عن نفسه قواعد التربية المنطقية ويعود ساحرا ، يكفيه أن يتحسس ورق اللعب حتى يأتيه ما يريد ·

قال صديقي : لقد فهمت ما بينت لى · ان المقامر لا يعدو أن يكون طفلا مشاكسا يتحدى سلطة الوالدين ويتشبث بملذات الطفولة ·

فقلت : مادمت قد فطنت الى ذلك فعلى أن أوضح لك مسألة ذات خطر فقد تعلم أن المقامر يستشعر أثنا اللعب انفعالات معينة هى مزيج من القلق والبهجة واالاهتياج تجعله يتعشق اللعب ويظن أن مبعثها المخاطرة ولكن الدليل يقوم لدينا على أن هذه الانفعالات من نوع انفعالات الغريزه لدى المراهق · واليك مثالا يوضح ذلك : شاب كان كلما اضطجع فى فراشه بعد الظهر أسرعت ضربات قلبه ، وتصبب عرقه وأحس حرارة وارتعاشا فى أطرافه ، ثم اعتاد بعد ذلك لعب القمار فاختفت هـــذه الاعراض · ولما اضطر الى الامتناع عن القمار عادت اليه أعراضـــه · وقد تبين أثناء التحليل ، أنه عندما كان مراهقا كان يأوى الى فراشـــه بعد الظهر ويرخى لخياله العنان مدفوعا بغريزة المراهق . وينشط فى ذلك نشاطا كبيرا · ثم امتنـــــع عن نشاطه خوفا على صحتـــه · وبعد فترة ظهرت عليه أعراض ارتعاش اليد وضربات القلب كلما آوى الى فراشه بعد الظهر · فلما اعتاد لعب القمار وجعل يستمتع بتحسس الورق أو هز الزهر فى يده اختفت أعراضه ·

قال صديقي : عجبا ·ولكن المقامرين ليسوا مراهقين ·

فقلت : لاشك أنهم ليسوا مراهقين من حيث السن ولكنهم يعانون نقصا فى نضجهم العاطفى حتى ليتشبثون بملذات الطفولة فلا عجب أن ترى حياتهم الغريزية قد توقفت عند مرحلة المراهقة فلا يجدون متعة الا فيما يستمتع به المراهق ، فضلا عما يتضمنه ذلك من تحـد لنواهى الوالد ·

وقد عبر دستيفسكى أوضح تعبير عن مشاعر العصيان والتحدى فى قصة « المقامر » فقال : « لقدربحت فى خمس دقائق أربعمائة قطعة من الذهب . وكان يجب على أن أترك مائدة القمار اذ ذاك . ولكن شعورا غريبا بأن أتحدى القدر غمرنى ، وكأنى أردت أن أصفع القدر على وجهه » وغنى عن البيان أن من تلقى الصفعة هو دستيفسكى عند ما خسر ما كسب وما كان يملك .

وقد بينت لك أيها الصديق أن معانى القدر والحظ وما اليهما رموز تثير فى ذهن المقامر الى الوالد وماله من سلطة . ومن الطبيعى أن عصيان الوالد والسخرية منه وامتهان سلطانه أمور تستثير بالضرورة شعورا بالاثم عظيما يستوجب العقاب بالتعرض للخسارة على موائد القمار . وقد تنحصر هذه البواعث وما ينتج عنها من صراع فى لعب القمار وحده ، ولكنها قد تطغى لدى بعض المقامرين على سلوكهم جميعه فتصبح حياتهم كلها مقامرة .

قال صديقى : لقد ذكرنى حديثك هذا بملك كان يجلس على العرش فى بلد أمين . وكان مولعا بالقمار ، وسلك فى حياته مسلك المقامر فتحدى ما تواضع عليه الناس جميعا فخسر عرشه .

فقلت : لقد سمعت عن قصته . ولعلك تذكر أنه كان كلما تلقى لطمة من الاقدار سارع الى قبر أبيه يخشع أمامه ، وكأنه تلقى اللطمة منه ، فثاب الى رشده وجاء يستغفر . ولكنه كان يعود لسيرته فى اليوم التالى استجلابا للطمات أخرى . لقد أراده أبوه أن يسلك مسلك الملوك فتحداه وسلك مسلك السوقة ، وسخر من القيم الانسانية جميعا : قيم العقل والمنطق والخلق . وما زال فى غيه حتى هدم بيت أبيه على رأسه ورأس أسرته جميعا ، فشفى بذلك غليله وتلقى عقابه معا .

قال صديقى : ولكن ما مصدر كل هذا الاضطراب وكل هذا الشقاء .

قلت : هذه أيها الصديق قصة أخرى لعلنا نعود اليها فى لقاء آخر .

هذيان عاطل أساسه المنطق السليم

اذا أتيحت لواحد منا زيارة لمستشفى الأمراض العقلية ووقف يصغى لما يقوله بعض نزلائه فانه لا يلبث أن تأخذه الدهشـــة وقد يمتلكه الاسى لما يسمع من هؤلاء المساكين · انه يعرف اللغـة التى يتحدثون بها ولكنه لا يفهم عنهم · واذا فهم شيئا فانه ينكر منطقهم ، لانه مغرب شديد الاغراب · وسينتهى بأن يحكم على ما يقولون بأنههذيان عاطل عن المنطق ، لا دلالة له ولا معنى الا التخبط على غير هدى · على أننا اذا سلطنا اضواء التحليل النفسى على ما ندعوه هذيانا لوضـح لنا أنه يصدر عن منطق ويحمل معنى ودلالة مهما استخفى علينا المعنى وغاب عنا ادراكه · وفى قصة المريضة الآتية ما يقوم دليلا على ذلك ·

عانس فى الخمسين من عمرها ، كانت امرأة موهوبة شـــــهد لها الـكثيرون ببراعتها الأدبية ، وكانت تختلف الى المجتمعات وتأنس الى الناس ويأنسون اليها · ولكن سيرتها تغيرت شيئا فشيئا تغييرا عميقا فقد أقلعت عن صحبة المعارف والاصدقاء ، وانزوت فى بيتها ، وبـدا عليها عزوف عن مباهج الحياة · ثم كان أن طغت عليها موجة من الحزن صمدت لها فى بادىء الامر ولكنها جاوزت ما تطيق ، فأصابتها نوبة من الاكتئاب العميق ، وعصفت بها أزمات حادة من القلق مصـحوبة بأفكار من نوع الهذيان ·

ويدور هذيانها حول فكرة واحدة خلاصتها أنه سيلقى بهاالىالشارع عارية حيث تظل وحيدة تعانىالجوع والبردحتى يأتيها الموت · وبالرغم من أنها كانت تدرك من حين لآخر سخافة هذه الفكرة ، فقـد كانت

تلح عليها الحاحا شديدا ، فتفصح عنها حينا بلا اكتراث وحينا آخر تضرع الى الله أن يحيق بها ذلك عاجلا فترتاح من عذاب الانتظار • ومع ذلك فقد كان الفزع يأخذها أحيانا فتصيح مذعورة : «انهم قادمون • لا تتركونهم يأخذوني ويلقون بي في الشارع • رحمة بي» غير أنها كانت تعود فتجزم بأنها لا تستحق غير هذه النهاية ، وانه من العدل أن يكون عقابها قاسيا على هذا النحو • فاذا سألت عما ارتكبت من ذنب حتى قضت على نفسها بهذا القضاء الرهيب ، لم تكن تستطيع أن تبرر ادانتها لنفسها الا بأسباب تافهة •

قالت هذه المريضة أن مرضها بدأ عقب هرب كلبها الصغير الذى كانت قد تعنقت به تعلقا شديدا! • ولكن كيف يمكن أن يقع الانسان فريسة لمرض نفسي خطير لمجرد حزنه على فقدان كلب • انهذا التأويل لا يصح في الاذهان • فلنسمعها اذن تسرد تاريخ حياتها لعلنا نستوضح جلية الامر •

تحدثت المريضة فذكرت أنها كانت تقيم في طفولتها مع والديها وأخت تصغرها بثمانية أعوام • وكانت هذه الاخت تمتاز عليها بقدر وافر من الجمال جعلها موضع حب والديها ، فأثار ذلك في نفسها شعورا عنيفا بالغيرة • ومضت السنوات فاذا بها تستبدل بكراهيتها لاختها حبا عظيما وعناية فائقة عندما توفيت أمهما ، واضطرها الامر أن تقوم بدور الام نحو هذه الاخت الصغرى • غير أن بركان الغيرة القديم ما لبث أن أطلق حممه في صور مقنعة ، فنهضت تذود عن أختها ، واتخذ ذلك كله شكل أعراض وسواسية : فكانت تحس أن من واجبها أن تكرر كل عمل تقوم به عدة مرات ، لان شعورا داخليا كان يهيب بها أن تفعل ذلك خشية أن يصيب أختها العزيزة مكروه مثلا كان عليها كل ليلة أن تستوثق مرات ومرات من أن خزان البوتاجاز الموجود بجوار غرفة أختها مقفل اقفالا محكما •

ومضت الاعوام وتوفى أبوها فاضطرت الى البحث عن عمل تعيش منه هى واختها الصغرى ولم تجد غير وظيفة بسيطة باحدى المؤسسات فكانت تنفق النهار فى عمل شاق لقاء أجر زهيد · وشعرت بما تكلفت من ارهاق وتضحيات من أجل أختها ، ولكنها تقبلت ذلك عن طيب خاطر وزادت فأحاطت أختها الصغرى بكل عنايتها وعطفها · وفى غمرة هذا الارهاق وذلك النضال من أجل العيش، زالت عنها أعراضها الوسواسية

وعاشت الاختان سنوات عديدة منعزلتين : الاخت الكبرى منهمكة فى تضحيتها العظيمة والصغرى منصرفة الى محاولات تافهة فى أن تصبح كاتبة مرموقة · ولكن هذه الحياة التى وثقت بينهما لم تلبث أن أنقطع حبلها عندما خطبت الصغرى وتزوجت ثم سافرت مع زوجها الى بلد آخر ، دون أن تفكر فيما سيؤول اليه أمر أختها بشجاعة ، بل بدا عليها السرور لما ظفرت به أختها من سعادة ، وظلت تعانى من الوحدة مع كلب صغير اقتنته بعد رحيل أختها · وبعد مرور نحو سنة من رحيل أختها فقدت كلبها · عند ذلك أصيبت بأعراض الاكتئاب الشديد والهذيان التى سبق وصفها ·

يتضح مما تقدم أن حزن المريضة الشديد على فقدان الكلب لم يكن الا حزنا جاء متأخرا على فقدانها أختها · طالما أن كل حياتها العاطفية كانت تركزت فى العناية بهذه الاخت · كما يتضح أنها استطاعت فى بادىء الامر أن تعزى نفسها بالعناية بكلب صغير ، فلما فقدت الكلب ضاع عزاؤها ·

غير أنه يحق لنا أن نتساءل لم اضطرت الى اخفاء حزنها عند رحيل أختها حتى انفجر هذا الانفجار الشديد بعد فقدان الكلب · هل كان ذلك لانها رأت أن العرف يوجب عليها أن تفرح لا أن تحزن لما فازت به أختها من سعادة · ولكن هذا الفراق المفاجىء لابد أنه هز كيانها هزا عنيفا · فقد ارتبطت حياتها بوجود هذه الاخت ارتباطا وثيقا ،

حتى لم تكن تعرف لنفسها هدفا فى الحياة غير أغداق الحب عليها • ان أى انسان لا بد أن يثور ويغضب ويستمطر اللعنات على من يسلبه سلواه فى الحياة • ولكن من سلبها ذلك لم يكن الا أختها موضع حبها • فلو أنها غضبت واستمطرت عليها اللعنات لاحست أنها آثمة مذنبة • ونحن نعلم أنها كانت تحس فعلا بالاثم الشديد • ألم تكن تردد فى هذيانها أنها لا تستحق الا أن يلقى بها الى العراء حتى تموت من الجوع والبرد •

اننا نرى الآن فى جلاء مأساة هذه العانس البائسة • لقد عصرها الحزن الشديد على فقدان أختها محط آمالها فى الحياة ، وامتلأت نفسها غيظا مدمرا وكراهية لما فعلت أختها • لم يكن اذن بد من أن تغمض عينيها عن الكراهية وارادة الشر فلم تصارح نفسها حتى بالحزن على فراق أختها • ولكن رنين الاثم لوجود هذه الكراهية المستمرة جعل يدوى فى صدرها ، حتى فاض بها الكيل فطواها أعصار من الهذيان •

وليس من العسير أن ندرك لم اشتد شعورها بالاثم حتى بلغ هذا المبلغ من العنف والصرامة فلم تقو حتى على الاعتراف بما ساورها من خيبة الامل • ذلك أن شعورا بالاثم قديما كان يقف لها بالمرصاد منذ أن اضطرمت فى نفسها نيران الغيرة من أختها ابان سنوات الطفولة • وقد شاهدنا جهادها الطويل الشاق فى كبح جماح كراهيتها القديمة وما قدمت من قربان لتخفيف شعورها القديم بالاثم عندما كرست حياتها لخدمة أختها ، وتكلفت من التضحيات ما تكلفت • فلما استثيرت لديها الكراهية من جديد عند فراق أختها لها تجاوبت لديها أصداء الشعور بالاثم بين ارجاء الماضى والحاضر •

بقى أن نعرف لم اتخذ هذيانها تلك الصورة بالذات ، أعنى أشفاقها ورغبتها معا فى أن يلقى بها فى الشارع عارية حتى تموت جوعا • اننا نعلم أن أختها تدين لها بالشيء الكثير • لقد كانت الاخت الصغرى طفلة

لا تقدر على الكفاح فى سبيل العيش عندما توفى أبوها . فلولا ما قامت به الاخت الكبرى لهامت على وجهها ووقعت فى براثن الجوع والبرد . وهاهى تسلك مسلك الناكر للجميل فتهجر أختها وتذرها مكسورة الفؤاد . لقد أحفظ ذلك نفس المريضة فحكمت على أختها الجاحدة بما كان سيؤول اليه أمرها لولا ما قدمت لها من عون . يتضح اذن أن المقصود أصلا بتلك النهاية المروعة انما هى الاخت الصغرى . ولكن شعور المريضة بالاثم لما يعتلج فى نفسها من رغبات قاتلة أرغمها على أن تجعل نفسها هدفا لهذه الرغبات عوضا عن أختها .

وهكذا فان هذيان هذه المريضة لم يعد شيئا نابيا يستغلق على الفهم انه يستند الى منطق لا يقل حبكة عن المنطق العادى وان اختلف فى موازينه وبنيانه عنه .

ازدواج العاطفة

نقرأ فى الكتاب الهندى القديم بهاجافادجينا العبارات الآتية : « أى بهارتا ! ان الكائنات جميعا تضرب هذا الكون متخبطة من هذيان الاضداد الناشئة من الجذب والدفع • ان الذى تخلص من الاضداد يسهل عليه أن يتحرر من العبودية » • لمست اذن الحكمة الهندية القديمة هذه الحقيقة النفسية الرهيبة : حقيقة اضطراب النفس بين النقيضين، وامتزاج الأضداد فيها، حتى لنكره ما نحب أو نحب مانكره • فلا غرابة أن نقرأ لافلاطون فى حوار المائدة مايقوله السيبياد عن سقراط : « كثيرا ما وددت أن يموت ، ومع ذلك فانى اعلم انه لو حدث هذا ، لكان شقائى عظيما • لقد اسقط فى يدى وجانبى الرشد فى أمرى معه » •

ومن المفارقات فى تاريخ معرفة الانسان بنفسه ان الشعراء والادباء سبقوا علماء النفس فى الكشف عن سمات هامة فى طبيعة النفس • ومثال ذلك موضوع هذا الحديث ، أعنى ظاهرة التناقض العاطفى أو ثنائية العاطفة أى وجود عاطفتين متناقضتين كالحب والكره ازاء شخص بعينه • وليس من العسير أن ندرك لم فات علماء النفس القدامى ان يفطنوا الى هذه الحقيقة النفسية • فقد نحى هؤلاء العلماء نحو نظرائهم من علماء الطبيعة واستوحوا قوانين المنطق فى بحوثهم فاستحال عليهم أن يدركوا ما يتعارض مع هذه القوانين ، على حين أن الشعراء والادباء أجاز لهم العرف أن يغفلوا التناسق المنطقى ويستوحوا منطق العاطفة ، وخولت لهم روعة الفن ان يفصحوا عما لا يجوز الافصاح عنه • ولم يقو العلم على النفاذ الى مجاهل النفس الا عندما استعار التحليل

النفسى من الفنان قدرته عن الحدس ثم اخضعها لمقتضيات البحث العلمى ٠

ومما اعان التحليل النفسى على الكشف عن كثير من مستغلقات النفس أن مادة بحثه الاولى هى الامراض النفسية وفيها يظهر الكثير من مكامن النفس سافرا ٠ ففى مرض الفصام مثلا نجد مريضة بهذا المرض تنادى حبيبها بقولها : « ايها الشيطان ، أيها الملاك ٠ ايها البغيض ، أيها الحبيب » ٠ وقد قيل أنه عندما تكره المرأة فلابد أنها تحب أو أنها قد أحبت أو أنها ستحب ٠ والواقع أن الانسان السليم لايستشعر عادة فى وقت بعينه الا عاطفة واحدة وتظل العاطفة المضادة مكبوتة مستترة ٠ وقد يحدث ما يبعث العاطفة المستترة الى الظهور فتحل محل العاطفة الاولى ، ثم قد تظهر العاطفة الاولى على الثانية من جديد وهكذا دواليك ٠ أما لدى المريض بالفصام فان العاطفتين المتناقضتين تتنازعانه فى نفس الوقت ويعلن عنهما بعبارات الايجاب والنفى معا ، وهذا مما يدعونا أن ننكر سلوكه ونحكم عليه بالخبل فهذا مريض يريد أن يأكل ولكنه فى الوقت نفسه راغب عن الاكل فهو يدفع بالملعقة الى فمه ثم يسارع الى ابعادها عنه وهكذا عشرات المرات ٠ ومن المظاهر المألوفة فى مستشفيات الامراض العقلية ان نرى المرضى بالفصام يعلنون كراهيتهم وحقدهم على الطبيب لانهم يظنون انه يدس السم لهم ثم لايلبثون أن يعربوا عن تعلقهم به وحبهم الاكيد له ٠

ويجدر بنا الآن أن نشير الى أن الاضداد تتجاوز فى مفهومها الذهنى وترتبط بعضها ببعض فى دلالتها النفسية ٠ فاذا سألنا شخصا عن أول شىء يتبادر الى ذهنه عندما يسمع كلمة اللون الابيض فأغلب الظن أنه سيقول اللون الاسود ٠ ونجد اللفظ فى كثير من اللغات يعبر عن الشىء وضده ففى لسان العرب الجلل هو الامر الصغير ، والجلل هو الامر العظيم أيضا ٠ بل ان كلمة الضمد لاتعنى المخالف فقط

وانما تعنى النظير أيضا• وكلمة المولى تعنى السيد وتعنى العبد • وفى الاحلام وهى لغة بدائية تفصح عن رغبات النفس الدفينة نجد الشيء يدل على نفسه أو على ضده • فالسكون التـــام فى الصورة الظاهرة للحلم قد يدل على الحركة العنيفة والسر قد تدل عليه العلانية ممثلة فى جموع غفيرة وهكذا •

ومن المظاهر النفسية المألوفة أن تبرز الشفقة كغطاء للقسوة • وقد فطن الاديب والمؤرخ الفرنسى ميشليه الى ذلك فقال : « ان الشفقة تستند على أساس دفين من القسوة ويبدو أن أعظم مظاهر الشـفقة تلهبها لذة مشاهدة التألم » • وقد تبين من ســيرة تولستوى الملقب بنبى الرحمة أنه كان يحذق تعذيب أفراد عشيرته ممن أعرضوا عن مثله العليا • فكأن سلوكه الرحيم لم يكن ألا انتصارا على نزعته الى القسوة والعنف • أماالحب والكراهية فنجد كلا منهما يستخدم لاخفاء الآخر • نرى الشاب يستشعر الكراهية عندما يكون الحب محظورا ، فيستشعر الكراهية نحو زوجة أخيه مثلا وهو فى قرارة نفسه يهيم بها • وبالعكس عندما تكون الكراهية موجهة الى شخص لا يصح أن يكون موضع الكراهية نجد الحب لهذا الشخص يتسم بالمغالاة •

والامر الذى لاشك فيه أن جميع هذه الاتجاهات العكسية التى ذكرنا تستند الى الظاهرة النفسية الاساسية التى احدثكم عنها الليلة أعنى ظاهرة ازدواج العاطفة ، فيستخدم أحد شقى الازدواج فى مغالبة الشق الآخر • ويقوم الدليل العلمى على أن ازدواج الحب والكراهية يوجد بقدر لدى كل انسان ، لان حب الذات يستثير كراهية المحبوب الذى يستأثر بجزء من حب الانسان لنفسه • وقد فطن راسين الى هذه الحقيقة عندما قال فى مسرحية اندروماك « لقد بلغ حبى له مبلغا لا يسعنى معه الا ان ابغضه » •

هذه المأساة الانسانية ، أو هكذا يراها الانسان ، قد تكلفــه شططا •

ولننظر الآن فيما يحدث عندما ترجح كفة الكراهية رجاحانا شديدا • فهذا شاب مريض بالوسواس خرج يوما فوجد قطعة من الحجر ملقاة في الطريق العام • وكان يعرف أن خطيبته المحبوبة ستمر بعربتها بعد قليل في هذا الطريق فخشى أن تصطدم عربتها بالحجر فتنقلب بها وينالها من ذلك أذى عظيم • فبادر الى نقل الحجر الى مكان قصي ومضى في طريقه • ولكنه ما لبث أن فكر فيما فعل فبدا له أنه أتى أمرا سخيفا لا يتفق مع المنطق ، فقفل راجعا وأعاد الحجر الى مكانه الأول • وقد قام هذا المريض بما قام به مدفوعا بدافع قاهر لا يملك الفكاك منه كما هو الحال عادة لدى مرضى الوسواس • وواضح أن اعادته للحجر الى مكانه الاول لا يفسره ، كما ظن المريض ، أن ما فعله أولا كان أمرا سخيفا لأن السخف هو أن يقفل راجعا لكي يعيد الحجر الى مكانه • وانما التفسير الصحيح لاعادته للحجر هو اندفاعه بدافع الكراهية نحو حبيبته بعد أن اندفع بدافع الحب في بادىء الامر • وقد كان من عادة هذا المريض أن يدعو الله في صلواته أن يحفظ حبيبته من كل سوء • ولكن شيطانا خبيثا كان يدس له في دعائه الفاظ النفي بحيث اصبح دعاؤه استنزالا للنقمة بدلا من الرحمة عليها • — ولو أجاز هذا المريض لنفسه أن يستشعر الكراهية نحو حبيبته ، لما أبهظ كاهله بالمرض ، ولكنه أصر أن يكون ملاكا ، فأصبح انسانا شقيا •

وينبغي لنا الآن أن نبحث في أصول هذا الازدواج وخاصة في أسباب رجحان كفة الكراهية • ولعل في تاريخ الحب والكراهية وتطورهما لدى الفرد مايلقى ضوءا على ذلك • تدلنا الملاحظة على أن الطفل لا يدرك الحب الا بوصفه بذلا من والديه له واشباعا لرغباته • فهو راض قرير العين طالما يتلقى منهما حاجته من الحب • أما الحب بوصفه بذلا للغير ومنحا لهم خالصا من شوائب الكراهية الشديدة فهو مرحلة من النضج العاطفي لا يبلغها الفرد الا بعد اكتمال نموه ، ولا يبلغها عند ذلك الا قلة منا •

فاذا نظرنا نظرة فاحصة لذلك الحب الأول لتبين لنا أنه ليس خلوا من مظاهر العنف العدواني فالرضيع عندما يشيع فى نفسه الامن والرضى من حرارة حضن أمه ، ويتعلق بثديها ، لا يركن الى السكون ، بل نراه يحيط هذا الثدى بذراعيه ، ويعض بفكيه فيه ، وكأنه يريد أن يحتويه ويدمجه فى كيانه • ولكن هذا الاحتواء والادماج انما هما نوع من التحطيم والهدم • ونلمس أساس هذا الحب الفمى الاول فى وصفنا المرأة الجميلة بأنها حلوة • وفى التعبير الدارج طعمة تتأكل • ولكن الامر يتعقدويكاد ينذر بالشر عندما يعانى الطفل الوان الحرمان والصد، مما يستثير حفيظته ويغلب لديه عنصر البغضاء ، عند ذلك نراه حانقا مغيظا يود لو الحق الأذى بمحبوبه وشفى غليله منه ، ويصبح الموقف شبيها بموقف فردريك وليم ملك بروسيا الذى كان يضرب اتباعه بالسوط صائحا : « لايجب أن تخافونى بل يجب أن تحبونى » • وقد عبر طه حسين أحسن تعبير عن مخلفات هذه المشاعر لدى الانسان البالغ فكتب فى احلام شهر زاد : « كان الملك يائسا أشد اليأس من شهر زاد قدعجز عن فهمها •• فكان عليها ساخطاأشد السخط ،وكان لها محبا أشد الحب •• هنالك كانت خواطر نفسه تصطبغ بحمرة الدم • فقد كان يرى نفسه مقبلا على شهر زاد يضمها اليه ضما شديدا عنيفا ، ويهدى اليها قبلات محرقة ملتهبة • حتى اذا بلغ به الحب والهيام أقصاه ، أغمد خنجره الدقيق فى صدرها الناصع الجميل ، وتلقى ما يفيض به هذا الينبوع من دمها الحار ، فلعله يشفى ما كان يجد من هذا الظمأ الذى لا شفاء له »

على وأن ما يقوله الادباء وما ينشده الشعراء عما يكابده الانسان من الازدواج العاطفى منذرعين بروعة الفن،لايجيزه الناس عادة لانفسهم ، ولا يرضون الا بانكار الكراهية وشن الحرب عليها • حرب يشقون بها ويتعذبون فى معاركها وقد يلوذون بالمرض تخليصا للحب من شوائب الكراهية • ولكن الشعراء قد فطنوا لهذا أيضا فتغنوا بحلاوة العذاب من أجل الحبيب •

الضمير

ذاعت عن الفيلسوف « هوبز » عبارة يصف بها سيرة الانسان مع أخيه الانسان ترجمتها : « الانسان للانسان ذئب » غير أن علم النفس الحديث يرى أن هذه القضية لا تعبر الا عن نصف الحقيقة ، أما قول الأديب الانجليزى « اسكار ويلد » : « أن الضمير خرافة يعتنقها الناس جميعا » فقضية يراها علم النفس خاطئة من أساسها ، ويقوم الدليل العلمى اليوم على أن الانسان يضمر من الشر والخير معا أكثر مما يظن ·

وفى الحالة الآتية ما يبرز هذه الحقيقة فى أوضح صورة :

شاب موظف باحدى الشركات التجارية جاء يشكو اكتئابا وضيقا شديدين أقضا مضجعه واستبدا به فغاضت ابتسامته واستحالت حياته الى شقاء مقيم ، وأول ما استرعى انتباه الطبيب وهو يستفسره عن ملابسات هذا المرض ، أن ما انتاب هذا الشاب من اضطراب جاء عقب ترقيته الى منصب رئيس الموظفين ، وهو منصب كان يرنو اليه ويعمل جاهدا على بلوغه ويرى سعادته فى الظفر به ، ولكنه بدلا من أن يستشعر الرضى والسعادة عبث واكتأب وغدا شقيها ، وقد كان فى شيوع مثل هذه الحالات مادعى أطباء النفس الى أن يشيروا اليها بقولهم : « هؤلاء الذين يصرعهم النجاح » نرى المرء يجد وينصب حتى اذا أصبحت القطوف دانية دهمه المرض النفسى ·

كان هذا الشاب وحيد أبويه ومات أبوه منذ أربع سنوات خلت ، كان الوالد فقيرا فلم يخلف لزوجه وولده الا الفاقه ، فأوعزت الأم الى ولدها أن يطلب من عم له ثرى عملا يرتزق منه ، ولكن العم خذله

وتولى عنه فوقع ذلك فى نفسه موقعا سيئا ، وسعى الشاب حتى وجد عملا فى الشركة التى يعمل بها الآن ، فأقبل على عمله فى جد واخلاص ، وأعجب به مدير الشركة واسترعى الشاب انتباهه بكفاءته فأفسح له المدير طريق الترقية حتى وصل بعد أربعة أعوام من الكفاح الى المنصب الرئيسى فى ادارة العمل بالشركة .

عندما بدأ هذا الشاب علاجه كان لواما لنفسه شديد التجريح والنقد لذاته وذكر أن خواطر الانتحار راودته ، وكان ضيقا بما طرأ عليه من تغيير فى سلوكه ازاء المدير ، فقد أصبح يرتبك فى محضره أشد الارتباك ويرتج عليه فلا يكاد يستطيع الافصاح ، لقد كان الاستحياء دائما من طبعه ولكنه صار أخيرا يستشعر ما يشبه الخزى فيلبس لباس الذلة والخنوع كلما واجه رئيسه ، ولم يعد يقوى على التحدث اليه دون أن يحمر وجهه ويخفض بصره الى الأرض ، وفى بعض حديثه لطبيبه أعرب عن رأيه أنه غير أهل لما أسند اليه من مسئوليات فى منصبه الجديد وذكر للطبيب أنه عندما منحه المدير مرتبا يتناسب مع وظيفته الجديدة رفض أن يقبله ، وعبر المريض عن دهشته لما فعل فقد كان يصبو دائما الى زيادة دخله .

وفى احدى الجلسات ذكر المريض أنه رأى الحلم الآتى :

« رأى عمه الثرى وقد أصابه برد شديد نجم عنه التهاب فى الرئة أفضى به الى الموت » .. وعندما ذكر المريض هذا الحلم لم يبد عليه اشفاق أو استحياء من أن يودى بعمه الى الموت فى أحلامه ، فقد خذله هذا الرجل فى وقت الشدة فاستحق احتقاره وكراهيته ، ولكن صلة المريض بعمه قد انقطعت منذ أربعة أعوام ولم يعد يذكره بخير ولا بشر ، فما حاجته الآن أن يحلم بموته ؟ .

لابد لنا اذا أردنا أن نستشف حقيقة الأمر من اصطناع منهج التحليل النفسى فنسأل المريض أن يرسل خواطره على سجيتها ،

قاده توارد الخواطر بصدد مارأى فى الحلم من اصابة بالبرد الى ماحدث بالأمس ، فقد اتصل به المدير تليفونيا من بيته وأخبره انه سيلزم الفراش لبرد أصـــابه ، ثم ذكر المريض بعـد شيء من التردد وبلفظ متلعثم أن خاطرا غريبا راوده عقب هذا الحديث التليفونى . فقـــد أشفق أن يستفحل البرد عند المدير فيفضى الى التهاب فى الرئة ، قد تكون عواقبه وخيمة . يتلخص الأمر اذا فى أن خواطر الاصـــابة بالبرد المستفحـــل ، المفضى الى مرض خطـــير ينتهى بالموت ، أن هى الا خواطر راودته فعلا بصدد رئيسه ، ولكنهـــا أخـــذت صورة الاشفاق والقلق على حياة المدير ، وهو أمر يبدو طبيعيا فقد أحسن اليه هـذا الـرجل وأكرمه ، أما فى الحلم فنراه ينقل هذه الخواطر ويجعل هدفها عمه الذى استحق مقته ، فلا لوم عليه أن أهلكه فى أحلامه ، غير أننا نعلم أن موقف هذا الشاب من رئيسه قد تبدل منذ حين وأصبح غريبا نابيا ، فهو يستخزى منه ويتضاءل فى حضرته كأنه أتى منكرا ، وأخذت أسارير وجهه وما يبدو عليه من لهفة رهيبة تفصح جميعها عما يشبه الشعور بالاثم كلمـــا قابل رئيسه ، فأى منكر أتى وأى اثم يستشعر ؟ ..

اذا استعرضنا تاريخ هذا الشاب فى السنوات الأربع الأخـيرة رأيناه يرتقى درجات سلم الوظائف فى الشركة فى عزم وقوة ، لقد كان كفئا ذكيا وكان فوق ذلك وثابا طموحا صوب القمة ، وضح توثبه وطموحه من اجتهاده ودأبه على التفوق كما وضح ذلك من حديثه عندما قال يوما يصف سيرته ، أنه لم يكن يكف عن الجهـاد حتى يظفر بالقمة ، ونحن نعلم أنه نجح فى تسلق درجات ســـلم الوظائف فى الشركة حتى وصل الى أعلى الدرجات بعد المدير ، فهل يقف هذا الشاب الطموح دون القمة ؟ .. ولكن تبوأ القمة يعنى اقصاء المدير وهو يدين لهـــذا الرجل بكل شيء ويشعر نحوه بالحب والوفاء ، ان ضميره لينكر هذه الرغبة الآثمة ، ولكن هل يقنع طموحه بما دون القمة ؟ .. هذا الصراع النفسى المرير يجد متنفسا فى الحلم

الذى ذكرنا ، فهو يرضى طموحه بأن ينزل الموت يغريمه الذى يحتل مركز الصدارة بالشركة وهو فى الوقت نفسه يسكت ضميره بأن يقنع الموقف فيضع عمه المقوت فى مكان رئيسه فى الصورة الظاهرة للحلم ·

والآن نستطيع أن نستوضح المعانى الكامنة وراء الأعراض التى كان يشكو منها هذا الشاب ، وليس من العسير أن نفهم لم صرعه المرض النفسى عندما رقى الى المنصب الرئيسى بعد المدير ، فقد الهبت هذه الترقية أطماعه وكانت فى دخيلة نفسه بمثابة اعلان الصراع بينه وبين المدير ، ولكن يقظة ضميره ردته عن الألم وأنزلت به ماكان طموحه يريد أن ينزله بمن أحسن اليه ، فجعلت خواطر الانتحار تراوده وانطلق فى عاصفة من اللوم والتقريع لذاته ، أن قانون العين بالعين والسن بالسن قانون أزلى تقضى به محكمة الضمير غيابيا أو كما نقول فى الطب النفسى لا شعوريا ، فقد وسوس الطمع فى صدر هذا الشاب وأغراه برئيسه وزين له أن يسلبه منصبه ، فهب ضميره وحكم عليه بالفشل فى منصبه الذى رقى اليه ، وقد تم هذا كله دون أن يدرى ما اقترف ودون أن يفطن الى أن المرض الذى حل به انما هو العقاب على ماراوده من الأثم ، فنحن نجد فى حالة هذا الشاب نموذجا للأثم اللا شعورى الذى نلمسه فى سيرة الكثير من الناس ، نرى المرء يطأطىء الرأس ويستخذى كالمذنب الآثم وهو لم يقترف فى الحقيقة اثما ، فكأن الضمير يصل فى قسوته وصرامته الى اعتبار نية الأثم بمثابة ارتكاب الأثم فعلا . أما ما أصبح ينصف به هذا المريض من تخاذل وخنوع أمام رئيسه فهو مبالغة منه فى الحيطة مما تهدف اليه أطماعه ووسيلة يفوت بها عليها ما ترمى اليه ، فهو يود وفقا لأطماعه لو اغتصب منصب الرئيس وأصبح الآمر الناهى فى الشركة ، ولكنه بدلا من ذلك يتخذ موقف الخادم الذليل والتابع المغلوب على أمره ، ويصطنع

التهيب والرهبة والوجل ، وكذلك رفضه زيادة مرتبه فما هو الا مناهضة لرغبته فى الاستيلاء على كل شىء وهزيمة لها باصطناع ضدها ، ولا تختلف سيرة هذا المريض عن سيرة الكثير من الناس الأسوياء الا من حيث درجة الشدة فى الانفعال والحدة فى الاستجابة فلا يكاد يفلت واحد منا من قبضة الضمير ، وقلما نرى شخصا لا يشتط لديه الضمير فيكبل نشاطه واقدامه ويتلف امكانياته وقدراته عندما تضطرب نفوسه ببعض الكراهية لمن يحب .

وقد فطن شكسبير الى أثر الضمير فى سلوكنا فقال : « وهكذا فالضمير يسلمنا جميعا الى الجبن » .

الخوف المعقول والقلق النفسي

اذا سألنا طبيبا نفسيا عن أكثر الأعراض المرضية انتشارا لدى مرضى النفس لقال : الخوف المرضى أو القلق النفسى ، أعنى ذلك الخوف الذى تمتد جدوره الى سنوات الطفولة الأولى ، والذى لايعــرف له الانسان مصدرا معقولا يصح فى الاذهان ، والذى يغلب الانسان على أمره ويستبد به فيذره لاحول له ولا قوة ، هناك اذن الخوف المعقول الذى يصدر عن أخطار واقعيــة تقبل المبالغة وهناك الخوف غير المعقول أى القلق النفسى .

فعندما نرى طفلا يخاف ويجزع لأسباب غير معقولة فاننا نبتسم ، ونهون عليه الأمر ، ونحاول أن ندخل الطمأنينة الى نفسه ، ولا نرى فى خوفه شيئا نابيا غريبا . فهو طفل لم تكتمل بعد قدرته عــلى التمييز بين الواقع والخيال ، أما اذا رأينا شخصا بالغا ترتعد فرائصه ويتصبب عرقا عند اجتياز الشارع مثلا فاننا نعجب ، وننكر هذا السلوك ، ولكننا قلما نفطن الى أن هذا الخوف من نوع ما نشاهده لدى الأطفال ، هناك اذن رواسب أو مخالفات لمخاوف الطفــولة لدى الانسان البالغ ، ينجح البعض فى ضبطها فتكون الصحة ، ويفشل البعض الآخر فيكون المرض .

والسؤال الذى يتبادر الى الذهن الآن : متى يكون النجاح ومتى يكون الفشل فى ضبط مخاوف الطفولة ، وبعبارة اخرى : كيف يدرك الطفل فى النهاية ربوع الطمأنينة فلا يجزع وكيف يعوزه الشعور بالأمن فيظل وجلا يرتاع لسبب ولغير سبب ، أننا لاشك نقع فى التبسيط المخــل اذا حاولنا ارجاع أسباب الطمأنينة الى شىء

واحد ، ولكننا لا نعدو الحقيقة اذا قررنا أن الشعور بالأمن والطمأنينة يمتنع علينا اذا لم تتوفر لنا الثقة فى أنفسنا وفيمن نعاشر من الناس ، ولا تختلف أسباب الثقة فى النفس عن أسباب الثقة فى الغير كثيرا ، لأننا نستمد الثقة فى أنفسنا من ثقة الناس فينا ، ورضاهم عنا ، وحسن تقبلهم لنا .

ان الطفل كالضيف ينزل فى قوم غرباء ، فاذا أكرموا وفادته ، وطيبوا عيشه ، وأمنوا خوفه فانه يطمئن اليهم فيطمئن لنفسه ، وبقدرما يفسحون له من مكانة بينهم تكون مكانته فى نظر نفسه ، انه يسعى عندئذ الى التشبه بهم واصطناع أساليبهم فى الحياة ، فيزداد رضاهم عنه واعترافهم به . ومن ثم تزداد معالم شخصيته وضوحا ، وتزداد قدماه رسوخا ، وفى عبارة واحدة أن الحب هو الترياق الشافى من الخوف .

أما الطفل المنبوذ الذى افتقد الحب الصادق ، فانه يظل طوال حياته يعصف به القلق . وكأنه مسافر بغير جواز سفر فى رحلة الحياة .

وفى قصة المريضة الآتية ما يوضح بعض هذه المعانى :

سيدة أجنبية أعتقل زوجها ، وكان لها منه ولد . وفى أثناء اعتقاله قامت بينها وبين رجل من معارفها علاقة أدت الى الحمل ، أطلق سراح زوجها فسعت الى الطلاق منه حتى تم لها ما أرادت ، عند ذلك سعت الى الزواج من صديقها . ولكن الرجل جعل يراوغها وبدا منه مادل على نفوره وأعراضه عن الزواج منها . غير أن السيدة عقدت العزم على الزواج منه مهما كلفها ذلك . وجعلت تعلن على الملأ علاقتها بهذا الرجل . وتطلق اسمه على طفلتها منه . وتستفسر عن الطريق القانونى لارغامه على الزواج منها ، وأثقل الأمر كاهلها فاعتراها اضطراب وقلق وضيق . فالتمست العلاج .

أسرت هذه السيدة الى طبيبها المعالج أنها تعمدت الحمل من ذلك الرجل دون أن تدرس لذلك سببا واضحا ، ولما لفت الطبيب نظرها الى أن زواجا يتم فى ظروف من الضغط وعلى غير رغبة من الرجل لا يمكن أن يسفر عن حياة سعيدة مستقرة ، أجابت أنها مدركة لذلك تماما ، غير أنها تصر مع ذلك على الزواج منه ، أما حجتها فى هذه الاصرار فهى ارادتها أن تصبح ابنتها منه شرعية .

ولكن اذا كان هدفها هو اضفاء صفة الشرعية على الطفلة ، فما الذى دعاها فى بادىء الأمر أن تتعمد الحمل من ذلك الرجل مع أنها غير حريصة على دوام علاقتها به ، ثم لم جعلت تعلن على الملأ فعلتها وتسعى الى الطلاق من زوجها. أما كانت تستطيع أن تخفى الأمر ، فتنشأ الطفلة فى كنف زوجها حاملة اسمه اذا كان هدفها شرعية الطفلة فحسب .

ان سلوك هذه السيدة متناقض يكتنفه الغموض من كل جانب ، ولكن لنسمعها تسرد تاريخ حياتها ، انفصل بالطلاق أبوها عن أمها عقب ولادتها مباشرة ، واحتفظ الأب بجميع أخوتها وأخواتها آلا هى ، فقد تركت فى رعاية احدى دور اليتامى ، ثم تبناها رجل وزوجته فأحاطاها بقصارى عطفهم فقضت سنى طفولتها الأولى عزيزة سعيدة ، ثم كان أن سمعت بعض ألسنة السوء تشير الى أن أصلها واهمال أبويها لها ، فوقع فى نفسها موقع الصاعقة ، واهتز له كيانها من أساسه ، ولما شبت راحت تبحث عن والديها ، فبان لها أن امها كانت مستهترة ، ولقيها أبوها بكثير من الجفاء ، ولم يخف عنها أنه فعل مافعل ليقينه أنها لم تكن ابنته هو .

فى ضوء هذا التاريخ يبدو لنا سلوك هذه السيدة ازاء صديقها وازاء طفلتها غير الشرعية أقل غموضا ويزول عنه ذلك التنافس الذى كنا نحس به فى بادىء الأمر .

فمن الجلى أن صدى الماضى يدوى فى حاضر هذه السيدة ، وتبرز مشكلة الشرعية وعدم الشرعية فى ماضيها وحاضرها على السواء ، ولا يسعنا الا أن نفطن الى التشابه العظيم بين سلوكها وسلوك أمها ، وكأنها مدفوعة بقوة خفية الى أن تبعث من جديد كل المشاكل التى خلقتها أمها بسوء سلوكها ، وبعد شهور طويلة من التحليل قادها الحديث يوما الى ماكان من اهمال أمها لها ، فغدت نبرات صوتها تحاكى نبرات طفلة شقية تشكو من قسوة الدهر ، قالت فيما قالت : أما كان ينبغى لأمى أن تسعى الى الزواج من أبى الحقيقى ، فتمنحنى كيانا شرعيا وتؤمن حياتى ، وعندما نبهها الطبيب الى أن ماتراه كان واجبا على أمها أن تفعله معها – وفاتها أن تفعله – انما تفعله هى الآن وتحققه ازاء طفلتها ، عند ذلك انفجرت فى عاصفة من البكاء ، واختلط عليها الأمر ، فجعلت تشير حينا الى طفلتها وحينا الى نفسها عندما كانت طفلة ، وعندما هدأ روعها قالت : نعم لقد فطنت الآن الى حقيقة الأمر ، اننى فى محاولتى الآن أن أضفى صفة الشرعية على طفلتى كأننى أحاول أن أضفى صفة الشرعية على نفسى أنا ، فى شخص ابنتى ، الآن قد فطنت الى السبب الذى دفعنى الى أن أتعمد الحمل من ذلك الرجل وهو حاجتى أن أخلق موقفا يشبه موقفى عندما كنت طفلة . وفطنت الآن أيضا الى مادفعنى الى التورط فى الطلاق والى الرغبة فى ارغام صديقى على الزواج منى ، وهو حاجتى الى أن أعالج موقفا شقيت به كل حياتى ، وكأننى فى كل هذا أردت أن أرجع عقارب الساعة الى الوراء فأبعث الماضى فى صورة تزيل الألم من نفسى ، وتحقق لى ما افتقدته من أمن وشعور بالحق فى الحياة ، ما أغبانى ، اننى حاولت أن أصلح ماوقع لى من سوء منذ ثلاثين عاما فتورطت فيما لايقل سوءا .

لا أشك فى أنكم قد أدركتم من عبارات هذه السيدة جلية الأمر ، لقد جاءت هذه السيدة تشكو الى الطبيب النفسى حالات من القلق والضيق والجزع لاتفه الأمور . فاستحالت حياتها الى شقاء مقيم .

وكانت فى سائر تصرفاتها فى حياتها اليومية تسير على نفس المنوال الذى شاهدناه فى مشكلتها مع صديقها وطفلتها ، فتسلك سلوك من يبحث عن اثبات شرعيته وحقه ، كانت كلما وصلتها دعوة الى وليمة خامرها الشك فى حقيقة شعوز الداعى نحوها ، وظنت أن الدعوة لا تعدوان تكون من قبيل الشكليات لا الرغبة الصحيحة فى وجودها ، فكانت تغالى فى تقديم الهدايا كأنها تشترى بذلك حقها فى الوجود مع غيرها من الناس ، ولم تكن ترضى لنفسها بشىء من متاع الدنيا المباح لكل انسان دون أن تستنبط الأسانيد والحجج التى تبرر حقها فى الاستمتاع به ·

والمسألة الرئيسية فى حالة هذه السيدة البائسة انها لم تكن تدرك أن ثمة علاقة بين حياتها الراهنة وحياتها الماضية ، لم تكن تدرك أن ما تورطت فيه مع صديقها لم يكن مبعثه الحب له كما توهمت ، وأن موقفها من ابنتها لم يكن مبعثه الحدب عليهـا كما ادعت ، أنها كانت تخدع نفسها قبل ان تخدع غيرها عندما انسيت تفاصيل ماضيها ، ولم يكن هذا النسيان وذلك الخداع الا بمثابة الدواء المخدر الذى يتناوله الموجوع لكى يغفل عن ألمه ، ولكن بطلان الحس بالعلة لا يعنى استئصالها ، وسياسة النعامة لاتفضى الى زوال الخطر ، فقد وضح مما تقدم أن هذه السيدة لازالت كما كانت فى مطلع حياتها تفتقد الأمن وتناضل فى سبيل حق فى الحياة لم يعد ينكره عليها احد ، وواضح أن مأساة هذه السيدة كتبتها خبرات فى الطفولة توارت خلف ستار النسيان ، فاستطاعت أن تنسل خفية فى ثنايا الحاضر ، حتى اذا كشفتها ضياء التحليل زال أثرهـا مثلها فى ذلك مثل معالم مدينة بومبى ، التى واراها الزمان تحت تراب جبل الفيزوف ، فحفظها من الفناء ، حتى اذا بعثتها يد التنقيب وتعرضت للضياء ، جعلت تتهافت وآلت الى السقوط ·

التناقض العاطفى

يحكى فى الأساطير اليونانية القديمة أن « تيريســـياس » وهو شخصية فذة موهوبة جريئة ، كان يعلن أن « قل الحق الذى لا يقبله أحد » ، فى هذه الجمـــلة البسيطة المنسوبة الى تيريسياس نستشف معنى عميقا يستثير الفكر • أن هناك من الحق ما يزور عنه الانسان ، كل انسان ، حتى ليرفضه ويجعـــله من الاباطيل • بل قد يذهب الانسان الى أبعد من ذلك فيغضب ، ثم يصب جام غضبه على من سولت له نفسه أن يقول الحق الذى لا يقبله أحد • وفى الاسطورة اليونانية أن الآلهة « هيرا » غضبت عندما قال « تيريسياس » أن النساء يولعن بالحب أكثر من الرجال • فاذا بها من غضبها تؤذيه فى عينيه ، فتجعله أعمى لا يبصر • وهكذا نرى أن الانسان منذ القدم يعـرب عن خوفه وجزعه من مواجهة بعض الحقـــائق ، ويشفق من أن يفقد بصره اذا استباحت بصيرته النفاذ الى أعماق الحقيقة •

فى هذه المعانى نستطيع أن نجهل مكتشفات العـــلوم النفسية الحديثة ، بل فيها ما يفسر لنا ظاهرة تستلفت النظر : أعنى تخلف العلوم النفسية عن غيرها من العلوم • فقد نمت وازدهرت علوم الطبيعة فى يسر منذ عصر النهضة ، ثم لحقت بهـــا علوم الاحياء ، بعد أن استطاع الانسان أن يوطن نفسه على احتمال الصدمة التى لقيهـــا فى صيحة داروين • أما علوم النفس فقد تخلفت ، حتى كانت صيحـــة فرويد ، وكأنها طعنة أصابت مقتلا من شخصية الانسان كما صورتها أوهام الانسان • اذن فالحق الذى لا يقبـــله أحد ، والذى كان يوصى

بقوله تيريسياس ، انما هو الحق الذى يكشف الحجاب عن اعماق النفس ٠

ان ثمة حقيقة تاريخية تنم عن معنى خليق بالتأمل ٠ ذلك أن أهم ما نعرف اليوم عن أحوال النفس لم ينشأ فى المعامل ، ولم يصدر عن بحوث مرسومة كما يحدث عادة فى العلوم الطبيعية ، وانما نشأت معارفنا الراهنة عن النفس أول ما نشأت فى عيادات اطباء النفس ٠ فالمرض النفسى هو الذى دفع ببعض المرضى أن يفصحوا لاطبائهم عما يدور فى نفوسهم ويقض مضاجعهم ، دفع بهم المرض الى افصاح ما كانوا يقدمون عليه لولا ما يعانون من شقاء ، حتى اذا اتيح للانسانية طبيب استطاع أن يتجمل بكثير من الشجاعة والاناة ، ويصغى صابرا الى اقوال هؤلاء المرضى ، ويغالب نفسه حتى غلب عزوفها عن الحق ، وعند ذلك فقط أكتشف الميكروسكوب النفسى ، واعنى به منهج التحليل النفسى ، ووضعت اللبنة الأولى فى بناء الطب النفسى وعلم النفس معا ٠ ان اكتشاف فان لوفنهوك لجهاز الميكروسكوب كان على بساطته حدثا عظيما ، مهد لاكتشاف تركيب الانسجة ثم اكتشاف الجراثيم ، وبالتالى مهد لنشأة الطب الحديث ٠ ولم يكن جهاز الميكرسكوب شيئا معقدا ، فهو لا يعدو أن يكون مجهرا لما يدق على البصر ، اذن فهو امتداد لوظيفة الأبصار لاأكثر ولا أقل ، وبالمثل فان اكتشاف الميكرسكوب النفسى أى منهج التحليل النفسى ، كان على بساطته حدثا عظيما ٠ فهو لا يعدو أن يكون امتدادا لقدرة كل منا على فهم غيره من الناس ٠ والآن سأقص عليكم قصة مريضة توضح لكم هذه المعانى ٠

سيدة فى مقتبل العمر جاءت تشكو أن ابنتها الصغيرة وعمرها نحو أربعة أعوام فى منتهى العصبية ، وأن الأحلام المزعجة تنتابها ليلا والمخاوف التى لا مبرر لها تعاودها نهارا ٠ والطفلة حسب رواية أمها معتلة ، بطيئة النمو متقلبة الشهية ٠ فحصت الطفلة فحصا كاملا فلن

يكن ثمة شيء غير عادى الا الشــــعور برهبة وتهيب غير مألوف • فلم يكن مناص من أن نلتمس عند الأم المزيد من المعرفة • انهت الينا الأم أنها مضطرة لاعتلال صحة ابنتها الى احاطتها بعناية فائقة • فلا بد من غسلها مرتين أو ثلاث مرات فى اليوم ، وأخذ درجة حرارتها بانتظام ، ولفها فى ملابس دافئة ، وتغليق النوافذ والابواب درءا لخطر البرد • وفى كل يوم تغسل دمى الطفلة بالكحول ، وتنهاها عن اللهو مع غيرها من الاتراب تجنبا للعدوى • أما عن التغذية فهى حريصة على أن تنفذ تعليمات الطبيب بكل حذر • فتتناول الطفلة وجباتهـــا فى مواعيد محددة وبمقادير مقننة بعد أن تبتلع ملعقة من الادوية المقـــوية التى تشتمل مجموعة فيتامينات أ ، ب ، ج • • الخ • وعندما انتهت السيدة من هذا الوصف كانت تتصبب عرقا ، وكانت عباراتها حماسية ، كأنها تدافع عن نفسها أمام هيئة اتهام •

أن سلوك هذه السيدة من طفلتهـــا يتصف بالمغالاة ليس فى ذلك من شك • فلم كانت كل هذه المغالاة ، ولم كان كل هذا الدفاع الحار • أننا عندما نرى شخصا يغالى فى بعض سلوكه يخامرنا الشك فى أنه يخفى بذلك شيئا آخر • فهل يمكن أن تكون المغالاة فى سلوك هـــذه السيدة غطاء لشعور مناف للحب نحو ابنتها • أن هذا شيء مستحيل • لا يمكن أن يكون هذا صحيحا • ولكن هبوا أن تيريسياس كان معنا يناقشنا الحساب • اذن لصاح قائلا : « لابد لى أيهـــا السادة أن أرد منطقكم الى الاستقامة ، ألا تعلمون أنكم اذا لم تتوقعوا مالا ينتظر فلن تهتدوا الى الحقيقة • وفيم اذن بحثكم اذا كنتم تجزمون مقدما بالنتائج • اننى استشف ما يدور فى صدوركم • أنكم تجفلون من الحقيقة لانكم تدركون أنه اذا صح أن هذه السيدة تبطن غير ما تظهر ، فان ذلك قد يصح بالقياس اليكم أيضا ، بوصفكم من بنى الانسان • لكن اذكروا أن الحق خير مهما كان يجر فى اذياله من شر • أمضوا فى بحثكم ، ففيه شفاء لها ولكم » •

لقد أنهت الينا هذه السيدة الشابة أنها تزوجت بعد حب ، على الرغم من أن زوجها يكبرها بكثير • وقد ظلت تنعم بالسعادة طوال الأعوام الثلاثة الاولى من زواجها ، فقد غمرها زوجها بكل حب وحنان• وعندما أعرب لها عن رغبته فى انجاب طفل ، لم ترحب بالفكرة بادىء ذى بدء • فقد كانت تستشعر السعادة الى حد أنها لم تشأ أن تتعرض لما قد يعكر صفو هناءتها • غير أنها اضطرت فى نهاية الأمر أن تذعن لرغبة زوجها • وكان أن أحتملت حملها فى عضاضة ، وما ونت تعرب عن اشفاقها من أن يأتى الوليد الجديد يشاركها حب زوجها • وكان طبيعياعنده. وضعت، ان يبدي زوجها اهتمامه الشديدبوليده،وازاءذلك احست بغيرة حقه وراودتها خواطر عدوانية صريحة ضد طفلتها ، فكانت هذه الخواطر تورثها شعور الاثم ، فتشقى بها ويرتجف لها قلبها • وسرعانما كبتت هذه الخواطر وحل محلها موقفالرعاية البالغة الذىوصفناه آنفا •وكلما أحسب بوادر الكراهية نحو ابنتها ضاعفت الجهد فى بذل العناية ، ومنحتها المزيد من الحب ، كأنها تهدف بذلك الى كبح جماح الكراهية • والنتيجة لهذا الصراع أن صبح سلوكها من طفلتها يتسم بالقلق البالغ على صحتها • وليس من العسير أن نفهم أن تهيب الطفلة وعصبيتها انما هو رد فعلى طبيعى لما ينطوى عليه سلوك أمها من صراع دفين • وهذه حقيقة عامة•أعنى أن لدى الاطفال حدسا فريدا لحقيقة عواطف الوالدين العميقة • وقد جاء البرهان على ذلك عندما برئت الأم من صراعها واتزن سلوكها • عند ذلك أينا الطفلة تبرأ من تلقاء نفسها ، وكأن داءها صدى غاب بغياب الصوت الاصيل!

أما علاج هذه السيدة فقد كان اجراء عسيرا ناهضته بكل ما تملك من قوة ، وناضلت حتى لا تواجه ما تنطوى عليه نفسها من مشاعر الكراهية • لقد كان حبها لابنتها شيئا لاشك فيه ، فهى فلذة كبدها وهى صورة مصغرة لذاتها ، فلا بد أن ينعكس عليها حبها لذاتها • ولكنهذه السيدة البائسة كانت تعانىمن نقص فى نضجها الوجدانى•

فقد لقيت مقدم ابنتها بشهور الغيرة كما لو كانت ابنتها أختها الصغرى جاءت لتشاركها حب ابيها • وقد يبدو ذلك عجيبا • ولكن الواقع أن زوج هذه السيدة هو فى قرارة نفسها بمثابة ابيها • وكانت تسلك ازاءه مسلك الابنة من ابيها لا مسلك الزوجة الناضجة من زوجها • فكأنها من الناحية العاطفية طفلة صغيرة وأن كانت من حيث الجسم والذكاء مكتملة النمو ، وكان ذلك سببا آخر زادمن نضالها حتى لا تواجه هذه الحقيقة المرة حقيقة نقصها الوجدانى وطفولتها النفسية ، وما يتضمنه ذلك من استحالة ادراك مستوى الامومة الحقة • وهل تستطيع طفلة أن تكون طفلة وأما فى آن واحد •

اصطدم لديها الحب بالكراهية وشقيت بهذا التناقض العاطفى فلم تجد بدا من أن تصطنع المزيد من الحب لمغالبة ما يعتلج فى نفسها من كراهية • ولكن الكراهية طاقة حنوية لا تنصرف لاننا نستدل عليها الستار • لابد أن يعالج مصدر طوفان الكراهية أعنى تأخر النضج الوجدانى ، والشرط الاول لكى نقبل النضج الوجدانى من عثرته ، حتى يستأنف سيره هو الا ننفر من الكشف عما تضطرب به نفوسنا من مشاعر ، ولا نجفل من أن نواجه فى اخلاص ما تنطوى عليه من نزعات • لقد أصاب نيتشه عندما قال : « أن الخطأ ينجم أكثر ما ينجم من الجبن عن مواجهة الحقيقة » •

الحب شراع لا تسير سفن الحيـــاة بدونه

يقول أنطون تشيكوف فى قصته « حب صامت » آن الحقيقــــــة الوحيـــدة التى قيلت عن الحب انه « سر غامض » ، ومن الغريب أن يكون ذلك رأى أديب يعلم أن القصة تدور أكثر ماتدور حول تحليل هذه العاطفة ـ ولا شك أن الشاعر هينى لم يعد الحقيقة عندما قال : ان الانسان ليرغب عن الكشف عن لغز الحب .

فلم كان الامر كذلك . وكيف ينشد الشعراء أروع القصائد فى هذه العاطفة ثم يحجمون عن بيان طبيعتها ؟ !

ولكن الامر أخطر من ذلك .فليس الحب مجرد عاطفة يتغنى بها الشعراء ويتخذها الكتاب مادة لتأليف القصص . وانما يبلـــغ من خطرها أن علاقة الناس بعضهم ببعض تستند على أساس منها . فماذا تكون حياة الاسرة بغير رابطة الحب ؟ وكيف يظل المجتمع قائما مالم يؤلف الحب بين أفراده ؟

ان قليلا من التفكير يدلنا على أن الحياة نفسها مستحيلة بغير الحب وقد فطن « شوقى » الى هذه الحقيقة عندما انشد : « الحياة الحب والحب الحياة » فاذا كان الامر كذلك ، فلم استغلقت هذه العاطفة على الفهم ؟ هل يكون بين طياتها مايخشى الانسا ن آن يبرزه ويستوضحه ؟ وهل استطاع علم النفس أن يكشف لنا عن طبيعة الحب ؟

ان علم النفس مثله مثل علم وظائف الاعضاء لم يتقدم فى بحوثه الا عن طريق دراسة الامراض .. فالطب يعرف عن المرض أكثر ممـا

يعرف عن الصحة • فاذا كان علم النفس لايستطيع بعد أن يعطينا جوابا شافيا عن طبيعة الحب ، فهو يعرف من غير شك أمراض الحب كما يعرف ماليس حبا أصيلا •

اننا نعرف اليوم أن الحب قد يكون غطاء للكراهية ، أو قد يكون ممتزجا بقدر عظيم منها • وقد عالجت هذه المسألة من قبل فلن أعود اليها اليوم • وتكفى الاشارة الى أن هذا لايحدث الا اذا كان الانسان يستشعر قدرا من الحب الاصيل ، والا لما تكلف عناء اصطناع المزيد من الحب يستترد به الكراهية • فكان الحب العظيم عندئذ رحمة بالحبيب المكروه وسد يقى المحبوب من فيضان الكراهية ويدل البحث على أن الكراهية فى هذه الحالات تصدر عن بواعث متخلفة من الطفولة •

ومن الثابت أيضا أن الحب قد لايعدو أن يكون حبا للذات ، فهذه سيدة أجنبية أشرفت على الاربعين ، كانت تشكو من الارق وضيق التنفس وأوجاع كثيرة • واذا بها تهيم يوما بغلام غصن ، أشقر الشعر ، أسيل الخدين ، فكانت تغدق عليه الهدايا وتهبه عطفا وحبا عظيمين • ولم تكن تصبر على فراقه يوما ، فقد اختفت أعراضها وأوجاعها منذ أن هامت بحبه وتبين أثناء التحليل أن هذا الفتى لم يكن الا صورة لها عندما كانت صبية • فكان غرامها لم يكن الا غراما بنفسها مثلها فى ذلك مثل نرجس فى الاسطورة اليونانية عندما افتتن بصورته فى الماء • وقد حققت هذه السيدة فى علاقتها هذه ماتصبو اليه من العطف والرعاية يغدقان عليها ، اذ كانت تقوم بدور الأم نحو الفتى فتشبع عن طريق توحدها به حاجتها الطفيلية الى تلقى العطف • فهى مغدقة ومغدق عليها معا •

وقد بين الأستاذ العقاد فى دراسته التحليلية للحسن بن هانىء المشهور بأبى نواس ، أن هذا الشاعر كان نرجسيا فى عشقه • فقد

تولع بحب جارية تدعى حسن ، وهو اسمه ، فأنشد الغزل فى هذا التشابه ، وكذلك كان يهدى من كان فى لسانه لغة وهى احدى خواصه اللفظية وغنى عن البيان أن العشق النرجسى حال من أحوال الطفولة ، لان الطفل لايعشق فى بادىء الأمر الا نفسه • فاذااتصف الرجل بهذا اللون من العشق ، كان حكمه من الناحية النفسيةحكم الطفل مهما تقدمت به السن.•

وليس من العسير علينا الآن الا أن نفهم كيف يكون الحب طاغيا فياضا ، ومع ذلك فهو لاينتسب الى الحب الاصيل ولايستحق أن يسمى حبا • فهذه سيدة تحب رجلا حبا عظيما • وكانت كلمالقيته أحست احساسا غريبا فى منطقه الحبل السرى • وانتهى بها الامر الى أن تطلب العلاج بالتحليل النفسى لما شقيت به من أعراض نفسية خطيرة • فاذا بها بعد أيام قليلة تحس أثناء الجلسة بذلك الاحساس الغريب فى منطقة الحبل السرى • وقد ذكرها ذلك بالحبل السرى الذى يصل المولود الحديث بأمه • ثم لم تلبث أن صرحت بأنها تشعر أن وجود الطبيب أشبه بوجود أم تحنو عليها ،و تسهر على أمرها ، وانها تشعر من ذلك بسعادة لاتدانيها الا سعادتها فيما مضى بحب ذلك الرجل • وتبين فى نهاية الامر أن حب هذه السيدة لذلك الرجل لم يكن الا احساس الطفلة نحو أمها ورغبتها فى الارتباط الوثيق بها •

وهكذا يتضح أن هذه السيدة عندما كانت تتحدث عنحبها لذلك الرجل ، لم تكن فى الحقيقة تتحدث عن نفسها ، ولا عن الرجل ولا عن الحب • لم تكن تتحدث عن نفسها بوصفها امرأة فى الثلاثين من عمرها ، وانما المقصود هى الطفلة القابعة فى نفسها • ولمتكن تتحدث عن الرجل وانما عن الام ، لانها تريده كذلك • ولم تكن تتحدث عن الحب وانما عن حاجة الطفلة الى عناية الام • وهذه سمة عامة من سمات المرض النفسى • فالامر فيها يشبه مايحدث

في حفلات التنكر حيث تلبس الاقنعة فتتبدل الشخصيات وتتغير المشاعر تبعا لذلك ، وبعبارة أخرى أن البون شاسع بين الواقع النفسى والواقع الفعلى ·

حقا أن الاسوياء من الناس لايبرزون من الطفولة وماتسفر عنه من التقنيع · فكلما اجتمع نفر ، وكان بينهم رئيس رأيناهم يطلبون مودته واعجابه وعطفه ويتنافسون فى ذلك منافسة تذكرنا بمنافسة الاطفال فى الظفر بحب أبيهم · فاذا لم يتعد الامر حدا معينا وهو لايتعد له اذا اتصفت النفس بالنضج ، تطابق الواقع النفسى بالرغم من أصوله الطفلية مع الواقع الفعلى ، وسارت الامور سيرا حسنا فيستمد الرجل من عمله سعادة ورضى · أما اذا كان النمط الطفلى هو الغالب مسخ الواقع ، فلا يكون الرئيس عندئذ الا أبا رهيبا يطلب عطفه بأى ثمن ويصبح الزملاء كأنهم الاخوة والاخوات أبناء الطفولة ، فيقوم بينه وبينهم التنابذ والتشاحن الطفلى ويغدو العمل سخرة تشفى بها النفس ·

وما يقال عن العمل يقال عن الحياة الزوجية · فالرجل يحب من زوجته أن تتصف بشىء من الامومة نحوه ، والمرأة تحب من زوجها أن يتصف بشىء من الابوة نحوها ، فاذا استطاعا أن يتبادلا العطف والمودة والرحمة كان هذا دليلا على نضجهما ، فتستقر السعادة فى البيت · أما اذا طلبت المرأة من زوجها أن يكون لها أبا فحسب فلن يرضيها مهما بذل لها لان الواقع أنه ليس أباها ، فينشأ الغضب ويدب الشقاق · أما الرجل فانه اذا رأى فى زوجته أما فحسب ، فلن يستطيع أن يقوم معها بدوره كزوج · وقد يضطر عندئذ الى الفصل بين حياته العاطفية يختص بها زوجته وبين سائر حياته الغريزية يختص بها غيره · يتضح اذن أن أسلوب دون جوان لايدل على النضج والرجولة وانما يدل على العجز والطفولة ·

ويقوم الدليل اليوم على أن الحاجة الى العطف تنم عن شعور مقيم بالعجز ، واحســاس بالتفاهة ، والنقص وقلة الرضى عن النفس • ومن أجـــل ذلك كانت الحاجة الى العطف مطلب حيـــوى يرمى الى بلوغ الطمأنينة والظفر بالرضى عن النفس • ومن أجل ذلك كان طلبها ملحا غضوبا لايصبر ولا يطيق استثناء • فالمحبوب يجب أن يقيم الدليل على حبه فى كل لحظة • وعليه أن يفطن الى كل رغبة فيجيبها لتوه ، وليس له أن يشغل نفسه بشىء أو بشخص آخر ، وبغير ذلك يستحق تهمة الخيانة • أن الحب فى هذه الحالة ليس الا دواء يطلب للشفاء من داء الشعور بالعجز والاثم • فاذا امتنع الدواء فلا أقل من أن يلصق الاثم بالمحبوب كدواء بدلا من دواء الحب • وتخلصا من الشـــعور بالعجز والاثم والقلق • فالغيرة الملحة ليست دليلا على الحب وانما هى الغضب من قلة دواء الحب •

وخلاصة القول • أن الحب عاطفة تتطور من الطفولة الى النضج ، فترجح كفـــة العطاء فى النضج بعـــد رجحان كفة الأخذ فى الطفولة ، ويعتبرها الطب النفسى مقياس الصحة والمرض • فأسلوب الانسان فى الحب عنوان شخصيته ومبلغ نضجه وما ظفر به من السعادة • ان الصحة النفسية هى القدرة على الحب الكامل الاصيل بشـــقيه الشهوى والحنون مجتمعين ازاء شخص واحد والاستمتاع بالعمـــل المنتج • الصحة هى الحب والعمل •

شفاء النفس وشقاؤها

للدكتور مصطفى زيور

يقبل الناس على دور السينما والمسرح اقبالا عظيما يدل على أنهم يستمدون من ذلك متعة وراحة ورضى • واذا التفتنا الى انفعالاتهم وما يستثيره فيهم ما يشهدون فسنفطن الى أنهم يعيشون القصة نفسهـــا ويتقمصون أدوار البطولة فيها •

ولكن ما الرأى فى ذلك الممثل الهزلى عنـــدما يغرس دبوسا فى سيدة مكتنظة اللحم والشحم • لاشك أن هذا عمل صبيانى • فما بال هذا السيد الوقور الذى وخط ـ الشيب رأسه قد انطلق ضاحكا فى ظلام السينما • ثم ما الرأى فى أفلام « ميكى ماوس » وأشباهها التى تتحدى كل منطق وتغرب فى الخيال أغرابا لا يدانيه الا أغراب قصص الأطفال • أنها تذيع مرحا وابتهاجا عظيمين لدى الكبار • وكلنـــا نعرف أن قصص ألف ليلة وليلة التى ـ كانت تذاع من هذه الدار لم تكن تستأثر بانتباه الأطفال وحدهم •

كل هذا يدلنا على أننا نحنَ الكبار لم نبرأ من طفولتنـــا تماما • ويقوم الدليل اليوم على أن فى كل منا يقبع طفل عابث خبيث وهو مع ذلك غارق فى الغفلة ترتعد فرائصه من الخوف •

هذه الحقيقة الانسانية لم تكن لتخفى على بصيرة شكسبير • ففى مسرحيته هنرى الرابع نجد تصويرا رائعا لها • ولهذه المسرحية قصة • فقد بلغ من نجاحها أن طبعت خمس مرات قبل طباعتهـــا على الورق المعتاد • ويؤكد مؤرخو شكسبير أن الملكة اليزابيث لم تكن تشبع من مشاهدة فولستاف أحد أبطال هذه المسرحية ، بالرغم من أن شكسبير

أعاد ظهوره فى مسرحية هنرى الرابع الثانية ثم فى هنرى الخامس ٠ وعندما علمت بموت فولستاف فى هـــذه المسرحية الاخيرة طلبت الى شكسبير أن يعيده الى الحياة فى مسرحية جديدة ، فكتب بعـــد ذلك مسرحية زوجات وندســـور المرحات ٠ فمن هو فولستاف وما هى شخصيته ٠ أنه لم يكن البطل الأول فى مسرحية هنرى الرابع ٠ فقد أراد المؤلف أن يعقد لواء البطولة للأمير هول ٠ أما فولستاف فهــو رجل بدين مستهتر عابث لا يتصف بالشجاعة ولا يدين بمبـــادىء الفروسية التى ينتمى اليها ٠ فما سر هذه البهجة والمرح والاحتفاف التى تنيرها شخصيته فى النظارة منذ عهد اليزابيث الى يومنا هذا ٠

لابد لنا أن ننظر فى المسرحية نحاول تحليلها فى اختصار ٠

نحن فى مطلع القرن الخامس عشر ، فى حقبة حاسمة من تاريخ انجلترا ، والجالس على العرش الملك هنرى الرابع يواجه هؤلاء الذين بايعوه بعد أن عاونوه على انتزاع العرش من الملك المتخاذل الأرعن رتشارد الثانى ٠ فهاهم يتآمرون على هنرى الرابع لأنهم حريصون على امتيازاتهم الاقطاعية مهما كان فى ذلك من اضـــعاف لوحدة الدولة وكيانها السياسى ٠ ثم هاهم يعلنون العصيان ويشنون حربا أهليـــة مهلكة ٠ الوقت اذن عصيب والخطر محدق بمصير انجلترا ، والعرش فى حاجة الى ولى عهد قوى عالى الهمة حتى يسند أباه فى هذه المعارك الطاحنة ٠

ولهنرى الرابع ولى عهد يدعى الأمير هول ٠ ولكنـــه أحزن أباه وخيب أمله فيه ٠ فهو لا يكف عن العبث واللهو وارتيـــاد الحانات واصطحاب السفلة من الناس ٠ وهـــذا سير جون فولستاف نديمـــه ورفيقه ٠ أنه رجل هازل لا يركن اليه ، مهـــزار لا يحمل كلامه محـــل الجد ، ساخر لايبالى مايفعل ، صبيانى لايدين بغـــير مبـــدأ اللذة ٠ أنها لصحبة شر تنذر بسوء العاقبة ٠

ولكن ها هو الأمير ، اذا جد الجد ، لبى نداء الواجب وهب لنجدة أبيه • وها هو يقاتل قتالا باسلا فيهلك أعداء أبيه ، ويقضى فى النهاية على الاقطاع ، فتصبح لانجلترا على يديه مكانة مرموقة ، وتخضع لها فرنسا بعد هزيمتها فى موقعة أجانكور •

انها لمعجزة أن يتحول هذا الولد العابث المفتون الى رجل راجح العقل ، قوى العزيمة ، يركن اليه فى المهمات • وانه ليطيب للنظارة أن يشهدوا بعدا فى المهمة بعد قصور ، وفحولة بعد خور • فان فى ذلك ما يجدد الأمل فى النفس • أرأيت كيف قد نازل ذلك الفارس المغوار هتسبر ألد أعداء أبيه وأقواهم شكيمة فأرداه قتيلا •

ثم أنظر الى فولستاف ينزل الى المعركة فيتصدى له محارب فذ ، فلا يلبث ذلك العابث الرعديد ان يتحايل على الأمر فيهوى على الأرض مدعيا الموت حتى يهرب من القتال • فاذا انصرف القوم من الميدان قام هو على رجليه سليما معافى •

ان فولستاف يمثل ناحية من الطبيعة الانسانية لا سبيل الى القضاء عليها • ومن عجب أن الرغبة فى موته لاتراود أحدا من النظارة • بل أننا لنغفر له مسلكه الصبيانى عندما يحمل جثة هتسبر على ظهره ليعلن على الملأ أنه هو الذى صرعه ، وذلك بعد أن رأيناه منذ حين يقترب من الجثة حذرا مخوفا ويضربها بسيفه ويصرخ فيها حتى يستوثق من أن صاحبها فارق الحياة •

ان هذا المشهد له وقع مسرحى بالغ • فالبون شاسع بين اثرة فولستاف وقلة احتفاله الا بما يشبع نزواته وبين ايثار هتسبير وفروسيته وتضحيته بنفسه فى سبيل مثله العليا • ومع ذلك فاننا نغرق فى الضحك ونبتهج ابتهاجا عظيما عندما يناقش فولستاف الأمير فى مصرع هسبر ويدعى لنفسه هذا النصر ، فيختلق سلسلة

من الأكاذيب الصبيانية تستثير مرح الأمير والنظارة جميعا ، حتى ليسلم له الأمير في النهاية بما يريد . بل أن قاضي القضاة في بعض حديثه الغاضب لطيش فولستاف وانحرافه عن الجادة لا يملك الا أن يصفح عنه وهو يخفي ابتسامته . وقصارى القول أن فولستاف خفيف الظل لا تقتحمه العين بالرغم من افتقاره الى صفات الشهامة والجد والوقار .

ان شخصية فولستاف مشكلة أفاض في تحليلها نقاد الأدب ولكنهم لم يفطنوا الى مغزاها النفسي . أننا نعجب في هذه المسرحية ببطولة هتسبر وبأسه ، ولكنا لانلبث أن نستريح الى تعلق فولستاف بأسباب الدعة وحرصه على الاستمتاع بالحياة الهينة اللينة واستخفافه بما عدا ذلك . أن هذا الازدواج في بنيان المسرحية يعكس ازدواج الطبيعة الانسانية ، ويصور النضال الذي يقوم في النفس بين هذا الشطر الذي هذبته الأوضاع الاجتماعية وذلك الشطر الآخر الذي امتنع على التهذيب وظل في أعماقنا كما كان أثناء الطفولة . أن فولستاف يمثل الطفولة المختلفة فينا . فاذا ظهر على المسرح لا يسعنا الا أن ندرك فيه هذه الطفولة ولا نملك الا أن نبتسم . ويكون ابتسامنا وارتياحنا بقدر ما يحزننا ما نلمسه في أساليب بعض أبطال المسرحية من تطاحن وسفك للدماء .

ويقف الأمير هول موزعا بين فلسفة فولستاف وفلسفة هتسبر . ثم لا يلبث الجانب الاجتماعي في نفسه أن يظهر على الجانب الطفلي كما يحدث أثناء النمو من الطفولة الى النضج . ولكن هذا التطور لا يتحقق دون صراع مرير . فما هو يفصح عما في نفسه من اشفاق لما يقتضيه حمل المسئولية من التعرض للمكروه ، وذلك حين يلقى أباه وقد أخذته سنة من النوم والتاج الى جواره فيقول : ـ **مشيرا الى التاج** . ـ
لم استقر التاج ها هنا على وسادته

انه لرفيق فراش يقض المضاجع
أيها الاضطراب اللامع ، لانت وجل من ذهب .
تظل منك أبواب النوم مفتوحة
فتدلف منها ليالى الأرق
أنك الآن تغفوا الى جوار التاج .
ولكن غفوتك لا تبلغ من العمق والراحة
ما تبلغه غفوة أمرىء غطاء لرأسه متواضعا
انه عندئذ ليغط فى النوم طوال الليل

ثم يأخذ الأمير التاج ليبلوه على رأسه وينصرف به ظنا منه أن أباهقد فارق الحياة ولكن أباه يستقيظ فيكتشف اختفاء التاج ، فيستدعيه ويتهمه بأن ما فعله ينم عن تعجله موته حتى يظفر بالتاج . عند ذلك يرد الأمير التهمة عن نفسه فى خطاب لا يخامرنا الشك فى صدقه . ولـكن هل نستطيع أن نجزم بأن ما وجه اليه من اتهـــام لايعبر عن بعض الحقيقة .

ان هذا المشهد تعبير عميق عمـــا تضطرب به النفس من ألوان الصراع والتناقض الوجدانى فاصطناع أساليب النضج لايعنى الاقلاع عن ملذات الطفولة والتعرض للخطوب فحسب بل قد يعنى أيضا فى مخيلتنا استلاب الحقوق والقضاء على صاحبها ، ومن ثم تجفل النفس ويزداد شوقها الى الطفولة تحتمى فيهـــا أو فى نظيرها أعنى المرض النفسى .

وقد أوضح الأمير فى خطابه أنه ضيق بذلك التـــاج الذى يبهظ الكواهل ويقض المضاجع ، برم يذهبه البغيض . وينبؤنا التاريخ بما فعله التاج ببعض الرؤوس . فقد طار اللب من بعضها واجتهد البعض حتى خلعه أو خلعه عنهم قومهم .

ان مأساة الانسان الإأساسية ومصدر شقائه الأول أنه لا ينجح في الظفر بالنضج الصحيح الا بمقدار • فالطفـــولة طور لا يتخطاه الانسان الا من حيث جسمه وعقله • أما مشاعره وأما وجدانه وانفعالاته فانها تظل متصفة بشيء كثير من الطفـولة • ففي النفس حنين مكتوم نحو مباهج الطفولة ويسرها ، وفيها شقاء بهذا الحنين الذي لاسبيل الى ارتوائه • ولا يتحقق شفاء النفس وراحتها الا بقدر ما يتاح للمرء من تطوير لميوله الطفلية تطويرا أصيلا •

أن الأنتقال من الطفولة الى النضج يحمل معنى الاســــــتقلال والانفصال ، مثله فى ذلك مثل الثمرة اذا نضجت من أصلها ، ولكن الأنفصال لون من عزلة تروع النفس وتنقيها ، ويقول الأديب الفرنسي بلزاك : « أن ملحمة الفردوس ليست الا اســــتغفارا من العصيان » ، ولعله لم يكن مخطئا ، فقد أنشد ملتون هذه الملحمة يصف مآل اليه أمر الانسان بعد عصيان آدم ، اذ أصبح طريدا شريدا ، تأخذه رعدة الوحدة والعزلة لأن الله أبعده وأقصاه ، فهل يطمع الانسان عندئذ الا فى مغفرة من هذا العصيان · »

ان المرء يشعر بالعزلة شعورا حسيا فتسرى فى جسمه قشعريرة البرد ، وهو اذ يطمئن الى صحبة أمينة تهدأ أو صالة ويستشعر الدفء ، فالسند العاطفى مطلب حيوى ، يدفع بعض الناس الى أنواع من التضحية تذهب بصفات الرجولة والنضج جميعا ، فيغدو الانسان وكأنه طفـــــل لاتقوم له قائمة الا بالاعتماد على الغير ، فلا يكاد يقوى على الاستقلال برأى أو عمل ، يشفق من حمل التبعات ، ويطلب النصح والعون فى أبسط أموز الحياة ·

ولكن هذا الميل الشديد الى التواكل والركون الى الغير يؤذى الشعور لأنه ارتداد الى الطفولة ، وفضاء على صفحات النصح ، فيجهد الرجل فى اصطناع أساليب الاستقلال على مضض ، ويحس من ذلك ضيقا وارهاقا ، فاذا أبهظه الحمل لم يجد بدا من الهروب من المعركة فى لون من ألوان المرض النفسى ·

فهذا رجل يطلب العلاج لأنه لم يعد يقوى على العمل ، فقد ضيقت المخاوف المرضية عليه الخناق حتى أقعدته عن السعى ، ولم يعد يملك

الا أن يطلب من أهله ومعارفه أن يقوموا عنه بكل مايحتاج اليــه باستثناء التنفس والمضغ ، وبعد فترة وضح للمريض أن مخــاوفه التى كبلته بمثـــابة الدرع يقيه شر الاذلال ، ذلك أنه كان يزعم لنفسه أنه اذا شغل وظيفة فسيناله من ذلك أذى عظيم : فقد يأمره رئيسه بما لايحب فلا يسعه ألا الاذعان ، وقد يستهين به فلايستطيع الدفاع من نفسه ، ثم مالبث المريض أن تبين أن ما يخشاه ليس مصدره غيره من الناس ، وانما مصدر ، ميله هو الى الاذعان المطلق لارادة الغير،ولما كان فى ذلك مذلة ومهانة ، فلم يجد أمامه الا أن يتحاشى ما قد يفضى به الى هذا الاذلال ، كأن يكون مرؤوسا لغــيره فى عمل ، ويقوم الدليل اليوم على أن بعض مايغضب المرؤوسين من رؤسائهم هو غضبهم من أنفسهم لميلهم الى الخضوع والاذعان ، ولما فطن مريضنا الى أن مخاوفه المرضية لم تكن تستهدف الا أن تجنبه المذلة ، فقد استجمع شجاعته وبحث حتى وجد عملا ، ولكنه مالبث أن تبين أنه كان على حق فيما يخشاه فقد كان عمله غريبا متناقضا ، فهو يشغل وظيفة مستشار فى الشركة ولكنه كان ينقاد الى أعمال مما يقوم به السعاة .

ولم يكن موقفه من زوجته يختلف عن ذلك كثيرا ، فقــد كانت تكلفه بما يحزنه فيطيع ، ثم يثور بينه وبين نفسه ويقول : « لم أطعتها ، لم لم أرفض القيام بهذا العمل المشين » .

وقد تبين من استقصاء تاريخ هذا المريض أنه كان ينافس اخوته فى حب أبويه منافسة شديدة عندما كان صبيا ، حتى راودته الرغبة فى القضاء عليهم ، فكان يبذل قصارى جهده فى قمع هذه الرغبــة حتى قمع معها كثيرا من نشاطه ، فلما شب كان من آثار هذا القمع أن أصبح تأكيد الذات عنده خيالا متفجرا ، كأنه البخار المحبوس ،

فيتخذ أحيانا شكل أخيلة من الفوز والنجح والامتياز تكسبه اعجاب وتمكنه من اذلال منافسيه ، وتتخذ حينا آخر شكل أخيلة يصرع فيها منافسيه ، وهكذا أصبح تأكيد الذات لديه أثما لأنه يحمل القضاء على الغير ، فيرتدوجلا خشية أن ينبذه الناس وينصرفون عنه ، لابد له أذن أن ينكر خياله هذا ويزيد فيرفع من شأن الغير ويبالغ فى قيمتهم وحاجته اليهم ، وعليه أن يكون طيعا سلوب الارادة حتى يترفق به الناس ويظفر بالرضى والعطف منهم ·

وقد كشف المريض أثناء التحليل عن أسباب خضوعه الشديد لزوجته ، فتبين أنه كان يراها مصدر قوته ، قال : « اذا لم تحسن على زوجتى وترعانى فسأشعر بالوحدة والعزلة وفى عزلتى أشعر أننى لست شيئا ، ولكن هذا الشعور بحاجته الى الرعاية والعطف من زوجته ما يميز فيه الطفولة ، ويوضح لنا أسباب عجزه فى واجباته الزوجية ، فهل يستطيع الانسان أن يكون طفلا وزوجا فى آن واحد ؟

وتزادد طفولته وضوحا اذا ذكرنا ماوقر فى ذهنه من أن زوجته مصدر قوته وأساس كيانه ، أن هذه الفكرة تنافى الواقع والمنطق وتتصف بالخيال السحرى ، وتشبه ما يدور من أوهام فى خلد الرجل البدائى والطفل ، ونعرف اليوم أن الطفل يخلع على أبويه صفات القدرة المطلقة والعلم بكل شىء ، حتى يطمئن الى أنهما سيدفعان عنه كل شر ويخففان له كل مطلب وتجد آثار هذا الوهم فى أسطورة علاء الدين ومصباحه ، يلمسه فيجاب الى مايريد منها مهما يكن خارقا مستحيلا ، وعندما يشب الطفل يستبدل بهذا التصور السحرى تصورا واقعيا فتصبح محاولاته للسيطرة على شاكلته محاولات ايجابية فعالة يعتمد فيها على نفسه ، أما اذا تعثر وفشل فى السيطرة الايجابية الواقعية ،فانه يرتد على أعقابه الى السيطرة التى يعتمد فيها على الغير ، ويعود الى أسلوب علاء الدين ومصباحه ·

وتعتبر ظاهرة الارتداد الى أساليب الطفولة فى التفكير والاحساس من أبرز مكتشفات التحليل النفسى ، ولا يدانيها فى الأهميـــة الا اكتشاف خطوات النمو النفسى ٠

فالرضيع لا كيان له الا بالرعاية يلقاها من أمه فهو شديد الاعتماد عليها ، سلبى لا يقوى الا على تلقى الغذاء والعطف ، وعندما يخطـو خطواته الأولى يتحقق أول الفصال والاستقلال عنها ، ويتــأكد استقلاله تدريجا بنمو قدرته على الحركة والافصاح ،حتى اذا ذهب الى المدرسة زاد اعتماده على نفسه أثناء محاولاته تدبير أمور ، مـع أقرانه ومعلميه وعند البلوغ يشرف على مفترق الطرق بين الطفولة والنضج ، بين الاعتماد على غيره والاستقلال بنفسه ، ولا تقتصر أزمة المراهقة على أنها أزمة فى الغرائز ، وانما مبعث الأزمة أن تفتح الغريزة يغرى بالخروج من جنة الطفولة والاستمتاع بالاستقلال كاملا ، ولكن الاستقلال يحمل معانى التمرد والعصيان والتأهيل للقتال ، فهل ينهض الفتى لكل ذلك ، وهو اذ يقدم على الاستقلال كأنه يطوح بمن اتخذه سند ، فهل يقوى على حمل تبعة ذلك ، أنه لا يقدم على شيء من ذلك ولا ينهض له الا اذا أتيح له أثناء الطفولة من الفرص ما يمكنه من ارساء شخصيته ، على أسس ثابتة مستقرة المعـــالم لتتأكد ذاته ولايعتوزه الشك فيما يتقلد من دور فى الحياة ٠

ويمكننا من هذه الزاوية أن نعتبر العلاج بالتحليل النفسى عملية نضج واجراء يفتح أبواب النمو المغلقة ، فنرى المريض يتردد ثم يقدم ، ويعود يتردد ثم يقدم ، وهكذا حتى يمر بمراحل النمو جميعا ، فاذا قارب نهاية المطاف رأيناه فيما يشبه أزمة المراهقة ، فهو يشفق من الاستقلال عن الطبيب ، متهيب كأن فى استقلاله عنـــه تمردا واهدارا لدمه وهو مرتاع كأن فى اكتفائه بنفسه تعرضا للخطوب ، ولكنه الآن وقد أتيح له أن يصهر مخاوفه فى بوتقة التحليل فانه

يخر جمن هذه التجربة وقد اشتد عوده فيجتاز المأزق الذى دوخه فيما مضى ·

على أن الانسان مهما يكن حظه من النضج فلا معدى له من الارتداد الى الطفولة من حين لآخر ، كأن الطفولة ينبوع ينهل منه مايزوده بما تقتضيه أساليب النضج من جهد ، ففى اتخاذ النائم شكل رقدة الجنين لدليل واضح على أن النوم نوع من الارتداد الى بدء الحياة ، كما أن أساليب التسلية والمرح واللعب تتسم جميعها بسمات طفليه ، ويشبع الأسوياء من النـاس حاجتهم الى الركون الى الآخرين باتخاذ الأصدقاء وفى الحياة الزوجية ، أما هؤلاء الذين لم يكن حظهم من النضج وفيرا فقد ينجحون فى اصطناع أساليب النضج ولكنهم يشقون بما يكلفون أنفسهم مما لاطاقة لهم به ، فتعدو الحياة لديهم لاحلاوة فيها ولا متعة ، وأغرب ما نلحظه لديهم أنهم قلما يبيحون لأنفسهم أشباع الميل الى المرح واتخاذ السند العاطفى من الأصدقاء لأنهم يحسون بميلهم الشديد الى الطفولة فيخشون الانزلاق ·

ونستطيع من هذه الناحية أن نعرف شخصية الانسان بأنهـا محصولة من الطفولة والنضج وأسلوبه فى تدبير شئونه منها ·

وخلاصة القول أن الانسان يلقى الخوف عندما يلقى الحرية ، لأنه ثمن الحرية هو فقدان الحماية ، والحماية أمان من الخوف ويسر فى العيش ، ولكنها عقد بالاستبعاد يتخلى المرء بمقتضاه عن امتيـاز العزة والارادة الحرة ، فهل يبيع الانسان عزة بأمن ، أم هل ترجح لديه كفة الحرية يخطو بها على كفة الحماية برقها ·

أن يستقل الانسان أو لايستقل : هذه هى المسألة : وهذا هو المأزق الذى يقف عنده يرنو بعين الى فردوس الطفولة وبعينه الأخرى الى دنيا الرجولة ·

ان الانسان لتأخذه الحيرة عندما ينعم النظر فيما يصنعبعض الناس بأنفسهم فقد يظفر الرجل بزينة الحيـاة الدنيا ·· المال والبنون وقد ينعم بصحة الجسم ووفاء الاهل والخلان وهو مع ذلك شقى النفس لا يهدأ ولا يكف عن النضال والعدو كأن الحياة سباق لا ينقطع أو كأنه شبيه بسيسيفون الذى حكم عليه الالهة ـ كما يحكى فى الاسطورة اليونانية ـ بان يدفع صخرا ضخما الى أعلى الجبـــل حتى اذا قارب النهاية انفلت منه الصخر وانحدر الى اسفل فيعود ادراجه ليدفعه الى اعلى وهكذا · ولكن لما يختار الانسان لنفسه مصير سيسيفون ·؟ واغرب ما فى الامر ان الرجـــل قد يكون موفقا ناجحا ويظل مع ذلك يقارن بين نجاحــه ونجاح غيره من الناس حتى تأخذه حمى المنافسة ويشعر بالغيرة تعصر قلبه فهل يكون أوسكاروايند على حق عندما قال أن بوسع أى انسان ان يشاطر صديقه الحزن اذا ما نزلت به المصائب اما مشاطرة الاصدقاء فرحتهم بالنجاح فلا يقوى عليها الا نفر قليل من ذوى الخلق الكريم ··

ولكن ماذا يكون حكمنا على الطفل الذى يغار عنـــدما يشهد اخاه رضيعا فى حضن أمه · اننا لا نقول انه شرير يعوزه الخلق الكريم ، لاننا نعلم انه يستشعر من مشاهدة اخيه فى حضن أمه حرمانا اليما ان هذه الغيرة تهز كيان الطفل هزا عنيفا على الرغم من انه لم يعد يرضع من ثدى أمه ذلك أن الطفل فى سنواته الاولى لا يكون قد انجز بنـاء ذاته فلا يميزها من ذوات الاخرين تمييزا واضحا فاذا رأى مشـــهدا عاشه مندمجا فيه اندماجا تضيع فيه معالم شخصيته ولا يشعر بذاته الا من خلال الآخرين مثله فى ذلك مثل المشـــاهد للعبة كرة القدم ينسى نفسه فيعيش ادوار اللاعبين · فالطفل فى مطلع حياته لا يعرف

نفسه الا بالقياس الى الآخرين وبفقره الى ما يملكه الآخرون فهو فقير النفس مهما بلغ يسره المادى فاذا فاز طفل آخر بشىء من الاشياء كان ذلك بمثابة الاغتصاب لبعض ما يملك واذا اصاب طفل آخر نجاحا كان ذلك بمثابة الحرمان له من هذا النجاح • فشعور الطفل بالغيرة هو شعوره بالحرمان واشفاقه من ان يصبح كيانه نهبا يغير عليه الاخرون نجاحهم • لابد اذن للطفل من المنافسة الشديدة حتى يؤمن كيانه فاذا شب وتأكدت ذاته وتميزت معالمها عن غيرها اصبح غنيا بذاته مهما يكن فقره المادى فلا يستشعر الغيرة ولا يميل الى المنافسة العمياء ••

والان ماذا يكون حكمنا على الرجل يندفع فى المنافسة الهوجاء ويستشعر الغيرة فى غير موضوعها • ان سلوكه يوحى الينا بسلوك الطفل فلا يسعنا الا ان نرى فى هذا السلوك ارتدادا الى مراحل الطفولة الاولى • وفى الحالة الآتية ما يوضح ذلك •

رجل من رجال الاعمال فى الخامسة والثلاثين من عمره اصاب نجاحا ومكانة مرموقة وكان سعيدا فى بيته قرير العين بأولاده • ولكن سحابة قاتمة جعلت تحجب عنه ضياء السعادة منذ بضعة اشهر • فقد بدأ يحس بخفقان شديد فى القلب وضربات زائدة وينتابه شعور يتوقف القلب من حين لآخر ويصاحب ذلك كله قلق حاد وخوف من الموت فاستشار اخصائيا فى القلب • فاكد له ان قلبه سليم • فاطمئن • ولكن هذه الاضطرابات لم تلبث ان عاودته وازداد توتره وتأرق نومه واصبحت نوبات القلق بالغة العنف فكان ذلك يقعده عن مواصلة العمل • وبدأ الرجل يتشاءم ويشفق من المستقبل ويرى نفسه ضعيفا عاجزا عن السعى والنضال ••

ثم اشير عليه ان يعالج بالتحليل النفسى • وفى احدى الجلسات ذكر أنه اصيب بنوبة من نوباته • ولما قص الظروف التى احاطت بهذه

النوبة تبين مصدرها بجلاء واتضح أسلوبه العاطفى الذى يكمن وراء اعراضه المرضية • فقد قضى صباح ذلك اليوم مرحا نشيطا معافى ثم التقى فى احدى المطاعم بصديق من رجال الاعمال فحياه وسأله عن حاله فأخبره الصديق أنه انجز منذ برهة صفقة بالفى جنيه فشعر عند ذلك بدوار خفيف فاتجه نحو المائدة وطلب غذاء ولكنه احس بخفقان شديد استمر لديه حتى المساء ولما آوى الى فراشه لم يستطع النوم ساعات طويلة ثم أخذته غفوة حلم أثناءها حلما مفزعا فقد رأى نفسه يتسلق جبلا عاليا وحوله رجال يحاولون الاعتداء عليه •

وقد ذكر المريض عن صديقه انه واحد من بضعة اصدقاء • تربطهم زمالة العمل وتلهبهم روح من المنافسة الودية • وذكر انه اعتاد أن يرقب احوال صاحبه كما اعتاد صاحبه ان يرقب أحواله فيقارن الواحد دخل الآخر بدخله وسيارته بسيارته وهكذا ••

يتضح اذن أن هذا المريض كان مدفوعا بدافع المنافسة الشديدة فعندما انبأه صديقه بفوزه باحدى الصفقات انتابه دوار واضطرب قلبه وتحول حلمه الى كابوس كان فيه هدفا للاذى والاعتداء •• من الجلى اذن انه شعر بغيرة حقوده مدمرة كتمها وغفل عنها فانقلبت عليه كابوسا مزعجا وفزع منها فاضطرب لها قلبه ••

ولكن ما بال هذا الرجل يفسد على نفسه حياته على هذا النحو • انه أصاب من النجاح والثروة ، قدرا عظيما يمكن له ولذويه حياة رغدة هانئة • فكيف يحسد صديقه على صفقته فاز هو بعشرات مثلها • ان موقفه يذكرنا بموقف الطفل يملك لعبا كثيرة فاذا رأى لعبة فى يد طفل آخر لا ميزة فيها على لعبه تاقت نفسه الى الحصول عليها وقد يتنازل عن احدى لعبه فى سبيل ذلك ولكنه ما ان يرى ما تنازل عنه فى يد الطفل الاخر حتى يصبح مرغوبا فيسعى الى الحصول عليه وهكذا • اننا قد نسمى ذلك شراهة ، أو أنانية ، ولكن الشراهة

والانانية لا يفسرهما الا احساس الطفل بان كيانه مرتبط بما يحيط به من الاشياء والناس فهو يغمر مايحيط حوله وهو مغمور به لانه لايدرك بعد حدود الكيانه . فكل نقص فيما يدور فى فلكه انما هو نقص فى كيانه وكل امتلاك لبعض مايدرك انما هـو اغتصاب لبعض كيـانه وبالتالى خطر لابد من درئه . وهذا يفسر لنا الغضب الشديد والكراهية المدمرة التى تستثار فى هذه الحالات وتكون المنافسة عندئذ وسـيلة لتأمين الكيان المنقوص والتغلب على الشعور بالقلق والعجز والنقص . فالحرص الشـديد على الظفر بثروة طائلة والالحاح على الفوز بمكانة مرموقة انما ينم على ان المرء لم يبرأ من طفولته . لما كانت المنافسـة تحمل فى طياتها قدرا عظيما من الكراهية المدمرة فهى دواء اخطـر من الداء . ذلك ان الشعور بالطفولة والعجز والنقص تجعل الانسان فى حاجة الى العطف والرضى عنه بما لا يقل عن حاجته الى السبق عن طريق المنافسة والكراهية التى تنطوى عليها المنافسة مذهبـة للعطف وبالتالى مثيرة للقلق . وهكذا يجد الانسان نفسه من جديد امام نقطة البدأ . وهذه هى المأساة الاساسية فى المرض النفسى وسر معظم الشقاء

فقد كان المريض الذى تحدثنا عنه يشكو من خوفه من المرتفعات . فكلما أطل من مكان مرتفع أنتابه دوار وخوف من السقوط . ووضح أثناء التحليل ان هذا الخوف يتصل بميله الى المنافسـة ورغبته فى الارتفاع والعلو والسبق . فكثيرا ما رأى فى احلامه انه يتسلق الجبال أو يصعد فى المصعد وما الى ذلك ثم ينتابه ما يجعله يهبط الى اسفل . ان الحياة لديه نضال عنيف مهلك كما تدل على ذلك احلامه . فهو يبغى الصعود والارتفاع على منافسيه ولكنه يجفل مما سـيقع بهم من اذى فيميل الى الهبوط ولكنه يجزع مما يحمله الهبوط من معنى السقوط والانهيار الادبى .

وخلاصة القول أن شقاء النفس بصفات الطفولة يدفع بعض الناس الى اصطناع المنافسة يلتمسون فيها شفاء من الشعور بالعجز والنقص والقلق • ولكن الغيرة المدمرة التى تكمن وراء المنافسة مضيعة للعطف وهو مطلب حيوى بدونه يزداد الشعور بالعجز والقلق • فطريق المنافسة العمياء طريق مفض الى حلقة مفرغة ومأزق يفيضان شقاء لا شفاء منه الا بالنضج •

ان الصلة بين الجريمة والذنب والعقاب صلة واضحة يقوم عليها حكم القانون والعرف • فمن أجرم كان مذنبا واستحق العقاب • وعندما يحاكم المتهم فاننا نتوقع أن ينكر الجريمة هربا من العقاب • ان ذلك يبدو بديهيا واضحا • فاذا قيل لنا أن الذنب أو الاحساس بالذنب ليس دائما نتيجة للجريمة وانما قد يكون سببا فى الجريمة فاننا ننكر هذا القول ونعتبره تناقضا لا يصح فى الاذهان • ومع ذلك فان كل أخصائى فى تحقيق الجنايات يعلم أن المجرم يترك دائما ما يكشف عن شخصيته ويقوم الدليل اليوم على أن بعض الاشقياء يرتكبون الجريمة طلبا للوقوع تحت طائلة القانون ، وبحثا عن العقاب مدفوعين فى ذلك باحساس مقيم بالذنب •

وقد أتيح لى يوما أن أفحص حالة متهم وأبدى الرأى فيه من الناحية النفسية أمام المحكمة • ولفت نظرى عند قراءة أوراق القضية أن المتهم ارتكب منذ نحو خمس سنوات نفس الاثم الذى يحاكم من أجله الآن • وكانت المحكمة قد حكمت عليه اذ ذاك بالسجن مع ايقاف التنفيذ • وها هو يعود الى فعلته بعد خمس سنوات الا أسابيع قليلة أى قبل مضى الفترة التى يسقط بعدها أثر الحكم الاول وعندما قلت له ألم يكن يستطيع أن يصبر بضعة أسابيع حتى تمر فترة الخمس سنوات أجابنى محتدا : وهل تريدنى أن أترك الفرصة تمر دون أن أنتقم من ذلك المجرم ، ويعنى بذلك المجنى عليه • ولكن مناقشة المتهم ودراسة ظروف الجناية دلت بوضوح على أن الفرصة التى تمكنه من أن يرغم المحكمة على أصدار الحكم عليه مشمولا بالنفاذ وقد كان ممثل النيابة ذكيا فلخص الموقف فى قوله : ان المتهم لن يصفح عن المحكمة اذا أوقفت التنفيذ هذه المرة أيضا •

يتضح اذن ان الجريمة قد تكون وسيلة يتخذها الانسان لاستنزال العقاب على نفسه حتى يخفف من وطأة الاحساس بالذنب • وقد يعمد الانسان الى المرض النفسى وعذابه يلتمس فيها شفاء من تبكيت الضمير • وهذا يفسر لنا المقاومة العنيدة التى يبذلها المريض أثناء العلاج النفسى ويوضح لنا السبب فى تشبث المريض بمرضه • فاذا كان عذاب المرض دواء فان الشفاء منه يصبح داء ينفر منه المريض • ويكون الظفر بالنجاح والسعادة عبئا ينوء بحمله •

فهذه سيدة فى متوسط العمر نجح الطبيب فى شفائها من أعراض نفسية أرغمتها على عيشة شقية نحو خمس عشرة سنة وحالت دون استمتاعها بالحياة • والآن وقد شعرت أنها استعادت صحتها ، انطلقت فى أعصار من النشاط لكى تنمى ملكاتها ، التى لم يكن يستهان بها فتنال شيئا من التقدير والمتعة والنجاح قبل أن يفوت الاوان • ولكن جميع محاولاتها انتهت بأن وضح لها ، أوخيل اليها ، أنها بلغت سنا لاتستطيع معها أن تنجز شيئا من هذا القبيل•

فكلما تحقق لها شيء من ذلك فان النكسة المرضية كانت تهددها لو أن أحتماءها بالمرض لم يعد ممكنا • فعوضا عن ذلك كانت تحدث لها اصابات تقعدها فترة من الزمن وتوسعها ألما ، فكانت تسقط فتقصع قدمها ، أو تؤذى ركبتها ، أو تجرح يدها أثناء قيامها بعمل ما حتى اذا تبينت عظم مسئوليتها الشخصية فى هذه الاصابات التى كانت تبدو أنها محض الصدفة ، غيرت خطتها فبدلا من الاصابات أصبح يحل بها أمراض هينة مثل الزكام والتهاب الحلق وحالات الانفلونزا أو التورم الروماتزمى • فلما صح عزمها فى النهاية على أن تركن الى الخمول أسدل الستار على هذه القصة •

يتضح آذن ان الحاجة إلى انزال العقاب بالنفس هى الدافع المشترك فى كل مايحل بهذه السيدة البائسة • فقد كان المرض النفسى فى

بادىء الامر وسيلة لاشباع حاجتها الى العقاب • فلما تخلصت منه وأقبلت على الحياة كانت كأنما تقبل على شيء ممنوع محرم فأنزلت بنفسها ألوانا من الاذى حالت بينها وبين الاستمتاع بثمن جهادها ولم تنج من مطاردة رغبتها فى العقاب الا عندما أقلعت عن الطموح وقنعت بالحرمان •

ان مثل هذا المصير يبدو لنا كأن قدرا سـيئا غضوبا يلاحق الانسان • وقد تلقى اللوم على الحظ العاثر ولكن الحظ العاثر انما هو ما يصنع الانسان بنفسه وقد ينجح الرجل فى الفوز بالتقدير والاعجاب • واذا هو يفسد فى المرة التالية ما كسب فى الاولى • وكأنه يقتفى أثر بنلوب ، التى يروى عنها فى الاسطورة اليونانية أنها كانت تحل فى الليل ما تنسج فى النهار • وقد يظل الرجل هادىء النفس مرتاح البال طالما كان حظه من المال أو النصب قليلا حتى اذا ظفر بما كان يطمع فيه اضطربت نفسه واختل توازنه ، وقد يقع عندئذ فريسة لمرض نفسى خطير • أو قد يضطر الى ألوان من البذل والشقاء يقدمها قربانا على مذبح الضمير الغضوب كأن يفسد حياته الزوجية مقابل توفيقه فى غيرها •

وعندما يكون الضمير قاسيا غضوبا على هذا النحو فان التشاؤم يغلب التفاؤل • فاذا سمع الانسان أن شخصا ذامكانة يريد مقابلته تهيب وظن أنه يريد أن يناقشه الحساب • واذا أبطأ الاصدقاء فى زيارته أو فى الرد على رسائله حسب أنه لابد قد ارتكب ما جعله يستحق الاهمال •

على أن أوضح صورة لقسوة الضمير نجدها فى الامراض النفسية الخطيرة • ففى مرض الوسواس الشديد لايـكاد المريض يقرأ عن حادثة قتل حتى يفزع ويقوم فى نفسه وسواس بأنه قد يكون الفاعل واذا تحدث الناس عن سرقة تحسس جيوبه خشـية أن يكون هو

الذى ارتكبها وهو غافل • وفى مرض الملانخوليا نجد المريض يلوم نفسه أشد اللوم ويلصق بنفسه أخطر التهم •

لا بد لنا الآن أن نقف لنسأل لم يقسو الانسان على نفسه ويشقيها على هذا النحو اننا لانجد مثيلا لهذا المسلك فى سائر الكائنات الحية • فقد نجد الخوف لدى بعض الحيوانات العليا ولكننا لانجد تبكيت الضمير الا لدى الانسان • فالضمير من غير شك صفة تنفرد بها نفس الانسان وميزة ترجح بها كفته على غيره من الكائنات الحية وأساس تنبنى عليه حضارته مثله فى ذلك مثل الذكاء • وكما أن ذكاء المرء محسوب عليه فان ضميره كذلك محسوب عليه •

وغنى عن البيان أن الضمير يقوم بوظيفة حيوية • فهو يقى الانسان من أخطار محققة • فعندما تراود النفس رغبات لا تتفق مع ماتواضع عليه الناس هب الضمير محذرا من سوء العاقبة معطلا تنفيذ هذه الرغبات مثله فى ذلك مثل الوالد ينذر ولده ويأمره بالمعروف وينهاه عن المنكر ، والواقع أن للضمير تاريخا وقصة • فاما القصة فهى قصة الطفل مع والديه وأما التاريخ فهو تاريخ الانسانية كلها •

فالطفل فى مطلع حياته لايميز الخير من الشر وانما تلح عليه رغبات الخير عنده فى اشباعها والشر فى صدها • ولكن عجزه وضعفه يجعلان الوالدين وحبهما له بعض ما يسعى اليه • وفى سبيل ذلك يمتنع عما ينهى عنه كما أنه يأتمر بأمرهما خشية العقاب • ولكن الخطوة الحاسمة فى تهذيب الطفل وتطبيعه بطابع حضارته لا تتم الا عندما يعتنق الطفل أساليب والديه وينهج منهجهما حتى أثناء غيبتهما • عند ذلك يتحقق له نوع من الاستقلال عنهما • فهو يحمل بين جنبيه صورة لهما تسهر عليه كما كانا

يسهران وترشده وتؤنبه كما كانا يفعلان · فتأنيب الضمير انما هو صدى لتأنيب الوالدين وكما كان الطفل يسعد برضىالوالدين ويشقى بغضبهما فان المرء عند بلوغه يقف هذا الموقف من ضميره وقد يسعى الى العقاب حتى يظفر بالصفح ·

ومن الجلى أن كل اضطراب فى عـــلاقة الطفل بوالديه لا بد أن يسفر عن اضطراب مماثل فى علاقة الانسان بضميره · ولكن أخطر أنواع الاضطراب تنجم عن النقصان فى النضج · فعنـــدما تعوز الانسان صفات النضج ويظل يصدر عن بواعث طفلية فان الضمير يتصف كذلك بصفات طفلية · أخصها القســوة ومنافاة المنطق · فمن الثابت أن الطفل فى سنواته الاولى يتصف بقســوة مدمرة لا يلبث الضمير أن يمتصها ويعيدها الى الذات ·

ويزداد شقاء النفس لميلها عندئذ الى الغاء وظيفة الضمير عـــلى الآخرين · وكأن النفس قد أبهظها حمل الضمير هــذه الصورة الابوية فتردها الى مكانها الاول ويصبح الانسان كأنه طفل والناس من حوله آباء يبتغى رضاهم ويبذل من أجل ذلك ثمنا غاليا ·

ان الضمير نعمة اذا نضجت النفس واكمل نموها ، وهو نقمة اذا اتصف الناس بالطفولة ··

علم النفس فى خدمة المجتمع

للدكتور احمد فؤاد الاهوانى

نحن جميعا أفراد نعيش في مجتمع واحد يهمنا ان يكون سليما حتى يطيب لنا العيش فيه ، خاليا من الآفات الاجتماعية حتى نطمئن على حيـــاتنا . ومن أعظم الآفات التى تصيب المجتمع ، فتزلزل الامن ، وتجعل الانسان قلقا على نفسه ، دائم الخوف والجزع ، انتشار الجرائم . ومن أجل ذلك كان حفظ الامن فى داخل البلاد ، أهم وظائف الحكومة . ولا نزاع ان الامن ، بوجه عام ، فى القرن العشرين اصبح مستتبا فى العالم أجمع ، عنه فى القرون السابقة ، التى كان لا يأمن فيها ساكن ، أو مسافر ، أو تاجر ، على نفسه ، ان برا أو بحرا .

ويرجع الفضل فى ذلك الى عوامل كثيرة ، على رأسها استخدام علم النفس الحديث ، فى بحث جــرائم المجتمع وعلله ، وتحليل نفســـية المجرمين ، ومعرفة الاسباب التى تدفعهم الى ارتكاب الجريمة ، والعمل على ازالة هذه الاسباب ، وعلى علاج نفسية المجرمين .

وخلاصة الامر فى جميع الجرائم أنها نوع من العدوان يصدر من الفرد على المجتمع ، أو من الفرد على نفسه . فالنصب ، والاحتيال ، والنشل ، والتزوير والسرقة ، والضرب ، والقتل ، وجرائم العرض ، وأى نوع من أنواع الجرائم ، يرجع فى النهاية الى هذه الحقيقة النفسانية ، نعنى اعتداء شخص على شخص آخر ، أو على المجتمع بأسره ، ويسمى هذا الاعتداء جريمة ، ويسمى صاحبه مجرما .

من أجل ذلك اذا اردنا استغلال علم النفس لخدمة المجتمع علينا ان ننظر فى الدوافع التى تبعث بعض الناس الى العـــدوان ، والى الايذاء وايقاع الضرر بالغير .

والناس من جهة صلتهم بالمجتمع ثلاث أصناف : مسالمون ، ومعتدون ، ومنعزلون • والمسالمون هم الاغلبية ، يعقدون صلات حسنة بالناس ، ويحبون لهم الخير ، ويبادرون بمساعدتهم ، واذا اعتدى عليهم أحد صفحوا عنه وآثروا الابتعاد عن المشاغبة • والمعتدون يميلون الى مشاكسة غيرهم ، والهجوم عليهم ، ويجدون لذة فى هذا الاعتداء ، والاغتصاب ، والتعذيب • واذا اشتد فى هذا الصنف الميل الى العدوان كان جريمة • وصنف ثالث يهرب من المجتمع ، لا يسالمه ولا يعاديه ، بل ينعزل بينه وبين نفسه ، يعيش فى برج عاجى ، وينفرد عن الناس

وقد ذهب بعض العلماء الى القول بأن هذه الاصناف الثلاثة فطرية ، أى موروثة ، فالمسالم مسالم بالطبع ، والمعتدى يميل الى العدوان بالوراثة ، والمنعزل يجنح الى الانفراد ، ويهوى العزلة بالفطرة • وقد يكون فى كلام هؤلاء العلماء بعض الصواب • ولكن أثر البيئة عظيم ، وثمرة التربية منذ الصغر ملموس • انظر الى الطفل الصغير ، انه مثال الطهر والبراءة • لا يعرف عدوانا ، ولا يميل الى ايذاء ، ولا يحب العزلة والانفراد ، ولكنه يصاب ببعض الأمراض الباطنية التى تؤلمه فيتألم ، ثم يصيح ويبكى لانه عاجز عن الكلام ، والافصاح عن ذات نفسه ، فتحاول أمه اسكاته غير أنها لجهلها معرفة علة الألم تضيق ببكائه فتضربه ليسكت • والاب أكثر ضربا لابنائه من الام ، لانه يعود من عمله مجهدا متعبا ، يريد ان يستريح ، وأن يغمض عينيه ويسلم عينيه للنوم • فاذا صاح الطفل الصغير نهض الاب فى غضب شديد وضربه ، فيخاف الطفل ، ويسكت • ولكن الطفل يسكت ، وفى نفسه أول ثورة يحملها دون وعى منه للمجتمع ، لانه اعتدى عليه دون ذنب ولم يستطع ان يرد عن نفسه العدوان • ومن هنا تنشأ بذور العقد النفسية كلها ، التى تسفر فيما بعد عن الجريمة والمجرمين ، وعن الاعتداء بشتى أنواعه ، وعن المجرمين بسائر صنوفهم •

وحين يكبر الطفل بعض الشيء ، تجده ينفس عن الاعتداء الذى وقع ، ويقع عليه ، بعدوان مثله ، فهو يضرب أخاه الاصغر منه ، ويضرب الاطفال الصغار الذين يلعب معهم ، ويحطم الاشياء التى تقع يده عليها لابراز شخصيته المحطمة .

وأخطر من ذلك كله شعور الطفل بالحرمان من عطف والديه ، وحنان الاسرة ، وبخاصة اذا كانت العلاقة فاسدة بين الاب والام ، أو كان الاب متزوجا أكثر من زوجة ، أو ماتت الام وتزوج الاب زوجة أخرى تسوم أولاده سوء العذاب . فينشأ الابن ساخطا على المجتمع بأسره ، يريد أن ينتقم لنفسه ويثأر لها .

هؤلاء الصغار الذين فسدت نشأتهم يسهل وقوعهم فريسة لارتكاب الجرائم . وهم قلة شاذة ، يستهويهم غيرهم من الكبار ، ويزينون لهم طريق الجريمة ، ويعلمونهم أصولها ، ويدربونهم عليها . فتنشأ عصابات للنشل او السرقة وغير ذلك . ثم يعتاد المجرم سبيلا معينة للجريمة يألفها ، ولا يغيرها .

وهنا يتدخل علم النفس ويبرز سلطانه ، فقد اتضح من دراسة طوائف المجرمين أنهم عبيد لعادات معينة لا يتحولون عنها . ولذلك يسجل رجال البوليس طريقة كل مجرم ، بعد تتبعه ، ومراقبته . فاذا وقعت جريمة معينة نظر فى سجلاته وفيشاته ، وعرف المجرم من طريقة وقوع الجريمة . وقد قرأنا أخيرا أن أحد السواح الاجانب نشل واستطاع البوليس معرفة النشال بعد يوم واحد ، مما جعل الصحف الاجنبية تلهج بالثناء على براعة البوليس المصرى ، والفضل فى ذلك الى استخدام البحث النفسى فى تعقب الجريمة .

أما اذا وقعت جريمة لا تدل على أنها من الجرائم المألوفة ، وبخاصة جرائم القتل ، حصر البوليس الشبهة فى الاشخاص ذوى المصلحة فى

ارتكابها ، ثم نظر فى الدافع الذى يدفع كلا واحد منهم ، ومن المعروف فى علم النفس ان الانسان لا يرتكب عملا الا اذا دفعه اليه دافع ، وكلما كان الدافع أقوى ، كانت الشبهة أعظم • فالدافع هو المفتاح النفسانى الذى يفتح به المحقق باب المجرم • فاذا كان الدافع هو السرقة التى أفضت الى القتل ، وحصر البوليس شبهته فى الخادم ، أو بواب المنزل مثلا فنش بيته تفتيشا دقيقا ، فقد يعثر على بقعة دم على قميص • فاذا ضيق عليه المحقق الخناق ، وهجم عليه بالاسئلة ، وأثار فى نفسه الضمير ، اعترف المجرم •

وأخيرا يلقى بالمجرمين فى السجون • وهنا أيضا بدأ علم النفس يعالج المسجونين ، وينقذهم بعصاه السحرية • كانت السجون الى عهد قريب فى جميع أنحاء العالم أداة تعذيب وانتقام من المجرمين ، فكان المسجون يقضى فترة العقوبة ، ثم يخرج وهو أشد كراهية للمجتمع ، وحقدا عليه ، ورغبة فى المزيد من الانتقام • ويكون قد اختلط بغيره من المجرمين فى السجن ، وبرع فى أساليب الاجرام • ثم تغيرت نظرة المجتمع الى المجرمين ، وأصبح المجرم معدودا مريضا نفسانيا يحتاج الى علاج نفسانى ، أكثر من حاجته الى العقاب • وقد طبقت الدول الغربية نظريات علم النفس على المجرم ، وبعضها أباحت للمسجونين الخروج من السجن فترة من الوقت ثم العودة اليه ، وبعضها أباحت له الاختلاط بأهله ، وقد اخذت مصر بهذه النظريات فقررت الغاء القيود الحديدية عن أرجل المحكوم عليهم بالاشغال الشاقة المؤبدة ، وهى فى سبيل تطبيق مبادىء أخرى من علم النفس على المجرمين طلبا لصلاحهم وتهذيبهم وعلاجهم •

وأساس هذه الاصلاحات الرجوع الى التحليل النفسانى لمعرفة العقدة النفسانية التى تدفع المجرم الى العدوان على المجتمع ، وهذه العقدة هى كما قلنا فى أول هذا الحديث شعوره بانعدام العطف من

أسرته ، وفقدان محبة الاب والام ، وقسوتهما عليه وهو فى سن مبكرة صغيرة ، فينشأ على محبة العدوان ، وعلى الرغبة فى الانتقام من المجتمع بأسره •

وسبيل العلاج يكون أولا بالتحليل النفسانى داخل عيادات خاصة يشرف عليها أطباء نفسانيون مختصون ، يكشفون العلة الصحيحة للمجرم ، ثم يحاولون اعادة تربيته تربية اجتماعية الغرض منها العطف على المجتمع والاقبال عليه ، لا كراهيته والرغبة فى الانتقام منه •

والمجرمون فئة فيهم ذكاء غالبا ، ولكنهم يعتقدون فى سوء البخت ، وفى أن المجتمع يضطهدهم ، ولا يعطيهم حقهم كاملا • وهم لذلك يعيشون فى جو من الخيال ، ولا يعترفون بالحقائق • يرغبون فى المال فلا يطلبونه بالعمل والدأب والمثابرة من طريق الحلال كما يفعل معظم الناس ، (بل يقولون لانفسهم ولماذا لا أكون غنيا كهؤلاء الناس) • فمنهم من يطلب صدقة ، ومنهم من يلعب الميسر ، ومنهم من يطمع فى المال عن طريق السرقة ، لانه يعتقد ان المجتمع حرمه من المال • وهذا نوع من التفكير الشاذ ، وهو ناشىء من تلك العقدة النفسية التى زرعت فى نفسه منذ أن كان طفلا ، فكان يحرم من العطف ومن القوت على حين كان بعض أخوته يعاملون معاملة خيرا منه •

فالعلاج الاول هو العلاج النفسانى ، والعلاج الثانى علاج اجتماعى يهدف الى التقريب بين نفسية المجرم وبين المعيشة الاجتماعية السليمة • وهذا هو رأى علماء النفس والاجتماع الذى اعلنوه فى المؤتمر الدولى للصحة العقلية ، والذى عقد فى لندن عام ١٩٤٨ ، وانتهوا فيه الى القرار : « ان معنى الصحة العقلية فى المجتمع ، من وجهة النظر الاجتماعية ، أن تخلق وعيا أفضل للفرص الموجودة فى أيدى الناس لتحسين العالم من حولهم ، وتحقيق أغراضهم تحقيقا أوفى » •

فلكى يخدم علم النفس المجتمع ، يجب ان يفهم الناس أنفسهم فهما صحيحا ، ويجب ان يفهموا كذلك المجتمع الذى يعيشون فيه ، ثم يجب أن يعملوا على ملاءمة أنفسهم وحاجات هذا المجتمع .

التوجيه المهنى

التفكير فى المجتمع وكيف نصلحه ونرفع من شأنه يشغل بال كل انسان لان فى صلاح المجتمع صلاح الفرد . والفرد الصالح هو الذى يؤدى عمله أحسن أداء ، فاذا اجتمعت ملايين الاعمال الصالحة كانت ثمرتها قوة المجتمع ومهابة الامة ، وبمقدار ماينقص من أعمال الافراد ، سواء بالعطل أو الضعف والرداءة ، تنقص قوة المجتمع وتهبط منزلته .

وخلاصة القول فى الفرد الصالح أن نضع كل شخص فى المركز الملائم له بحسب استعداده وميوله . فاذا اشتغل شخص بمهنة تخالف ميوله الفطرية لم يحسن أداء هذه المهنة ، لانه يتبرم بها ويؤديها مكرها ، ولا يمكن أن يزداد انتاجه أو يتحسن . وكم من صانع كان ينبغى أن يكون تاجرا ، أو تاجر كان يحسن أن يكون ممثلا ، أو معلم كان الافضل له أن يشتغل بالزراعة ، وهكذا .

والمسئول عن هذا التوجيه الخاطىء البيت ثم المدرسة . فالاب مسئول عن تربية أبنائه ، وعن اكتشاف ميولهم ، وتنميتها ، ثم توجيههم حسب هذه الميول . ولكن الآباء معذورون ، لانهم لم يأخذوا حظهم فى علم النفس الذى يعرفون بواسطته طبائع الابناء وهواياتهم . ولذلك كانت دراسة هذا العلم فرضا واجبا على كل انسان يريد أن يوجه نفسه التوجيه الصحيح ، ويريد أن يوجه أبناءه وهو يرجو لهم أفضل مستقبل . وقد درج الناس فى أوروبا وأمريكا على الاسترشاد بآراء المختصين كي يوجهوا الاطفال والشباب نحو الدراسة الملائمة لهم ، والمهنة التى تليق بهم ، حتى يوضع

الشخص الصالح فى المركز الملائم • ولو اتبعنا فى مصر هــذه الطريقة العلمية لتخلصنا من كثير من المشكلات التى تعرض للشباب ، مثل هروب الطلبة من المدرسة ، أو رسوبهم فى الامتحانات ، أو فشلهم فى العمل حتى بعد تخرجهم من المدارس لان مرجع هذه العيوب كلها هو انعدام الميل • فالطالب الذى يهرب من المدرسة الثانوية دليل فى الاغلب على عدم ميله الى الدراسة النظرية ، ولو اشتغل بصناعة لنبغ وبرع • وقد نجد طالبا فى كلية الطب لا ينجح الا بمشقة شديدة ، ويرسب عاما بعد عام ، لان استعداده بعيد البعد كله عن دراسة الطب ، ويميل الميل كله الى الادب أو الموسيقى • ولو اتجه نحو الدراسة الادبية لتفوق

والمدرسة كذلك مسئولة عن توجيه تلاميذها نحو الدراسات الملائمة لكل تلميذ • ولم تكن الاختبارات النفسية المعروفة لدينا كافية فى كشف هذه الميول ، لان هناك اختبارات خاصة بالذكاء والشخصية والكفاية المهنية وشتى أنواع المهارات • وهذه الاختبارات لم تطبق حتى الآن فى مصر ، ما عدا فى معاهد التربية ومدارس المعلمين ، اذ يعقد عند الالتحاق اختبار شخصى للكشف عن ميل الطالب الحقيقى الى اختيار مهنة التعليم • ونحن نرجو أن تطبق هذه الاختبارات فى كل ناحية من نواحى الدراسة ، وفى كل لون من الوان العمل •

فلا خلاف اذن فى المبدأ الذى قررناه وهو وضع الشخص الصالح فى المكان الملائم ، وانما الخلاف كل الخلاف ، والصعوبة الحقيقية هى الطريقة التى يمكن أن نختبر بها الاشخاص لمعرفة ميولهم واستعداداتهم ، وقد فطن أفلاطون فى الزمن القديم الى هذه النظرية فرأى أن صلاح المجتمع ، وأن المدينة الفاضلة ، هى تلك التى يشتمل كل فرد فيها المكان الملائم له ، وقسم الناس بحسب استعدادهم وبحسب النفس الانسانية ثلاثة أصناف ، العمال والصناع ، والجند والحكام ، لأن النفس الانسانية تنقسم ثلاثة

أقسام هى النفس الشهوانية والغضبية والعاقلة ، ولكن علم النفس الحديث هدم تلك النظرية ، وقدم مناهج ومباحث تختلف اختلافا تاما عن علم النفس القديم ، وأكبر خلاف بين العلم القديم والحديث ، أننا اليوم نعتمد على التجارب والمشاهدات والاختبارات لا على التفكير النظرى ·

وقصة الاختبارات التى تقيس القدرات المختلفة فى الفرد قصة حديثة جدا ، بدأت فى أوائل هذا القرن العشرين ولا يزال العلماء يجدون فى تحسينها وضبطها ·

والاختبارات نوعان ، الاختبار الشخصى ، والاختبار العام ، فالاختبار الشخصى أن يجلس العالم النفسانى مع كل فرد على حدة فترة من الوقت يسأله فيها عن أحواله ، ويتحدث واياه ، فيكتشف من خلال الحديث معه رغباته الحقيقية وميوله الصحيحة ، وهذه الطريقة يتبعها أيضا رجال الأعمال ومديرو الشركات حين يرغبون فى اختبار الموظفين ووضع كل منهم فى المكان اللائق به ، فهذا محل تجارى كبير ، يحتاج الى كتبة ، وباعة يتصلون بالجمهور ، ورؤساء يشرفون على المحل التجارى ، وفنيين يعرضون البضاعة فى الفترينات ، ومحصلين للأموال ، الى غير ذلك من الاعمال المتخصصة الكثيرة ، فالبائع الذى يتصل بالجمهور يحتاج الى الجاذبية الشخصية ، وحسن البيان ، ولطف الحديث ، والمهارةاللغوية للتأثير على المشترى ، والذى يرتب البضائع ويعرضها يحتاج الى ذوق فنى ، وليس من الضرورى أن يحسن الكلام ، والذى يلف البضاعة ويسلمها للزبائن يحتاج الى المهارة اليدوية ، فاذا وضعنا صاحب الذوق الفنى يبيع للجمهور لم يصلح ، لأنه لا يحسن الكلام وليست له القدرة على التأثير فى الناس ، ولو وضعنا صاحب المهارة اللغوية موضع الذى يسلم البضاعة ويلفها لم يحسن ، لأن المهارة اليدوية عنده ناقصة وليست من جملة استعداده الفطرى ·

واذا كانت الاختبارات الشخصية هى الطريقة المتبعة فى الأغلب عند اختيار عدد صغير من الناس ، أو التى يلجأ اليهـا أصـحاب الأعمال ، فانها لا تسعف فى اختيار الأعداد الـكبيرة ، مثل طلبة المدارس ، هذا فضلا عن تأثير الاختبار الشخصى بالهـوى ، ونحن نريد أن يكون حكمنا دقيقا عمليا بريئا عن المزاج الشخصى ٠

لذلك لجأ العلماء الى الاختبارات العـامة ، لقيـاس القـدرة ، والمهارة ، والذكاء ، والشخصية ٠

واختبارات الذكاء معروفة فى مصر منذ ربع قرن مضى ، اذ انتدبت الحكومة فى ذلك الحين خبيرا فى علم النفس والتربية هو الدكتور «كلاباريد» من سويسرا فوضع اختبارا ملائما للبيئة المصرية ، يشمل نحو ستين سؤالا مختلفا ، وطبعت الأسئلة ، ووزعت على عدد كبير من تلاميـذ المدارس للكشـف عن نسبة ذكائهم ، ولكن من عيـوب مثل هذه الاختبارات أن الطلبة الذين يختبرون فيها يعرفونها بعد شيوعهـا وتداولها ، ولذلك يجب تغيير الاختبارات ونوع الأسئلة بين حين وآخر ٠

وقد طبقت فى مصر على نطاق ضيق اختبارات الشخصية ، ولكنها ليست شائعة معروفة مثل اختبارات الذكاء ، وتعتمد الطريقة فى اختبار الشخصية عـلى أساس قياس صفات ذات قطبين ، مثـل

التشاؤم والتفاؤل ، المثابرة والتخاذل ، النشـاط والخمول ، الصدق والمراوغة ، المشاكسة والهـدوء ، الترتيب والاهمـال ، الانبساط والانطواء ، الزعامة والانقياد ، وهكذا ٠

نريد مثلا أن نقيس مقدار الطموح فى الشخص ، فنسأله هذه الأسئلة : هل ترى فى أحلامك ليلا أنك تنجح فى أعمالك ؟ هل تعمل لهدف بعيد أمامك أكثر من تحقيق أهداف يومية ؟ فاذا كنت تضحى

بالفوائد العاجلة فى سبيل تحقيق هدف بعيد ، فانت من أصحاب الطموح .

أو نريد أن نعرف مقدار اعتماد الشخص على نفسه ومقدار اعتماده على غيره ، اذ يترتب على هذا القياس وضع الشخص فى عمل رئيسى يكون مسئولا عنه ويتصرف فيه ، أو وضعه فى مكان يتلقى فيه الأوامر وينفذها فقط ، فنسأله هذا الأسئلة ، هل اعتدت اذا اعترضتك مشكلات أو أصابتك كوارثأن تسأل رأىأصدقائك فيها ؟ هل تظن فى بعض الأحيان أنك مهمل وغير محبوب ؟ هل تحسب حساب آراء الناس قبل اتخاذ أى قرار ؟ هل تحس بالعجز اذا فقدت من تحب ؟ هل تشكو للناس وتفضى اليهم بآلامك ومتاعبك ؟ هل تثبط همتك اذا جرت الأمور على خلاف ما تشتهى ؟ وبناء على اجابات الشخص على هذه الأسئلة يبحث العلماء النفسانيون حسابا خاصا بعد اعطاء درجة لكل جواب ، فيستخرجون مقدار استقلاله أو اعتماده على غيره ، ويمكن بذلك أن يوجه ، ويوضع فى المكان الملائم به .

صفوة القول اننا نجتاز الآن مرحلة جديدة فى تاريخنا تحتاج الى حشد جميع الجهود العلمية لتوجيه المجتمع التوجيه السديد ، وبخاصة فى ميادين الصناعة والتجارة والزراعة ، وهى كلها ميادين جديدة تحتاج الى الخروج على المألوف لتغيير المجتمع ، وليس جميع الناس صالحين للزراعة أو التجارة أو الصناعة ، هذا الى أن الصناعات متعددة ومختلفة وفيها فروع لاحصر لها ، يحتاج كل فرع منها الى مهارة خاصة ، وتعتمد هذه المهارة على الميل الفطرى والاستعداد الموهوب ، حتى اذا أضيف التدريب الى الموهبة الفطرية استخلصنا من الفرد أقصى ما يمكن أن يقدمه من العمل المتقن ، والقوى الانسانية مختلفة منوعة ، منها قوى لفظية ، وأخرى أدبية ، وثالثة يدوية ، ورابعة فنية ، وخامسة فكرية نظرية ، وكل مقدرة من هذه النواحى

تنقسم الى قدرات خاصة أيضا ، ولذلك أصبح من الضرورى قياس الميول والاستعدادات والكفايات والمهارات قياسا دقيقا يستند الى مبادىء علم النفس ومناهجه ، حتى نتجنب ما يمكن أن تتعرض له البلاد من خسارة قد تبلغ الملايين من الجنيهات كل عام ، اذا لم نحسن وضع الشخص الصالح فى المركز الملائم ، لأن الثروة الحقيقية ليست فى باطن الأرض أو على ظهرها ، بل الانسان هو الثروة ، وهو الكنز الثمين ، اذا أحسنا توجيهه ووضعه فى المكان المناسب استخرج من الأرض كنوزها ، وارتفعت ثروة المجتمع وأصبح قويا مهيبا صالحا ، والفضل فى ذلك الى علم النفس أو العلم بالنفس ٠

حسن التوجيه

يفكر الناس فى كل عصر وفى كل زمان فى أمر المجتمع الذى يعيشون فيه يحاولون التقدم به ، ورقى المجتمع ثمرة هذا التفكير ، ونتيجة اتباع الاساليب المؤدية الى رفع شأنه • ويمتاز العصر الحاضر بتطبيق العلم على المجتمع ، وبتطبيق علم النفس بوجه خاص • والمجتمع مجموعة من الأفراد ، ولكنهم متشابكون ، ويشغل كل منهم وظيفة ، ويؤدى عملا خاصا • ومن الواضح أن الفرد لا يعيش منعزلا ، أو يؤدى عمله مستقلا عن غيره ، فالأعمال ، وبخاصة فى المجتمعات الراقية ، متشابكة متداخلة ، والأغلب أن العمل الواحد يقوم به عدة أفراد قام فيهم رئيس يرعاهم ويوجه أعمالهم ويديرها ، وكان الباقون تبعا له ، مسئولون منه ، كما جاء فى الأثر « كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته » • ومعنى ذلك أن كل فرد فى المجتمع عليه مسئولية الاشراف على غيره ، وتوجيهه ، غير أن بعض الناس تتسع نطاق مسئوليتهم اتساعا كبيرا حتى تشمل الدولة كلها ، مثل رئيس الحكومة ، وبعض الناس تضيق مسئوليته فتشمل عددا يسيرا مثل زوجته وأولاده •

ومن طبيعة هذا الاشراف أن يقوم صاحب الأمر بتوجيه من يلى أمرهم ، وتعليمهم ، ومراقبتهم ، حتى اذا أخطأوا عالج ما يقع منهم وحاول اصلاحهم • وهذه هى المشكلة الكبرى التى نحاول اليوم حلها ، نعنى اصلاح أخطاء الناس ، لا بالعنف الذى يقهر ، ولا بالعسف الذى يكسر ، بل بالعطف الذى يجبر •

والناس فى المجتمع صنفان قاصر وراشد ، فالقاصر هو الصغير والطفل والشاب نعلمهم نقدم لهم خلاصة الحضارة التى بلغتها الانسانية، ثم ينزلون الى المجتمع راشدين يعملون لكسب المعاش ، والتعاون فيما بينهم على التقدم بالمجتمع خطوة الى الامام • ثم يقوم الراشد بتعليم القاصر ، وتلقينه خلاصة الحضارة ، وبذلك يتقدم المجتمع ، وهذا هو سبيل الاحتفاظ بالحضارة •

وسواء علمنا القاصر فى البيت أو المدرسة ، فان تعليمه يقوم على مبادىء نفسانية وأسس علمية أصبحت معروفة مقررة بعد التجارب العلمية • وقد أجرى بعض علماء النفس تجارب على مائة تلميذ لبيان أثر المدح والذم ، أو الثواب والعقاب فى تقدم التلاميذ ، فقسموهم أربع مجموعات ، وأعطوا كل مجموعة عددا من مسائل الحساب يحلونها فى ربع ساعة • واستمرت التجربة خمسة أيام ، فى كل يوم يعطى التلاميذ مسائل حديثة • المجموعة الاولى يثنى على عملها سواء أخطأ التلاميذ أم لم يخطئوا • والمجموعة الثانية يؤنب كل تلميذ علانية أمام زملائه على ما ارتكب من أخطاء • ومجموعة ثالثة تركت وشأنها ، لم يمدح تلميذ أو يذم ، بل تجاهل الاستاذ أعمالهم ، ولكنهم كانوا يشهدون مدح المجموعة الاولى وذم المجموعة الثانية • أما المجموعة الرابعة فقد وضع كل تلميذ فى عزلة وحده ، حتى لا يعملوا فى جماعة ، ولا يشهد أحد منهم لا مدحا ولا ذما • فكانت نتيجة التجربة من حيث التقدم العلمى كما يأتى ، الاولى الممدوحة ، والثانية المؤنبة ، والثالثة المتجاهلة ، والرابعة المنعزلة • ويتضح من ذلك أن الثناء أعظم سبيل الى التعلم والحث على العمل ، وأن الذم والتأنيب والتقريع أقل أثرا • ويتضح كذلك أننا لو تركنا الناس وشأنهم يصححون أخطاءهم بأنفسهم لقل تعليمهم واحتاجوا الى زمن طويل •

أما الراشدون فالأمر معهم أشد عسرا • ونحن فى حاجة كراشدين الى علاج من يعمل معنا • هذا ناظر مدرسة عنده عدد من المدرسين ،

وهذا مدير مصلحة يعاونه عدد من الموظفين ، وهذا رئيس عمال في مصنع ، وغير ذلك ، وكل واحد منهم يرغب أن يتم العمل على أحسن وجه • ومن الطبيعي أن يخطىء المرء لاننا جميعا عرضة للخطأ • ولكن التنبيه على الخطأ ، ومحاولة اصلاحه ، ليس من الأمور المحبوبة ، لأن الناس تنفر من النقد ، ولا تحب أن تعترف بأخطائها • والسكوت على هذه الأخطاء يسيء الى العمل ويؤخره ، واذا حسبت الخسارة بالحساب المادي كان عظيما • كصاحب المزرعة الذي يهمل زراعها في تنقية دودة القطن ، فانه يخسر مالا كثيرا • واذا كانت خسارة المال يمكن تعويضها ، فخسارة الأرواح أفدح • ان أي خطأ يرتكبه صاحب الصيدلية في تركيب الدواء يذهب بحياة المريض • وقد حدث أن بعض الجراحين نسي آلات جراحية في بطن المريض •

نحن اذن بين أمرين أحلاهما مر ، التنبيه على أخطاء الناس ومحاولة اصلاحها وهذا شيء كريه ، والتغاضي عن هذه الأخطاء وفي هذا تضييع لمصلحة المجتمع • ولكي نخرج من هذا المأزق علينا أن نتعلم كيف نعالج أخطاء الناس بدون أن نثير فيهم السخط ، أو نجرح منهم الكرامة ، أو نبعث فيهم العناد ، أو نميت عندهم الشعور • وهذه مهمة اجتماعية عظيمة اذا أحسنا معرفتها والقيام بها خدمنا الناس وخدمنا المجتمع خدمة كبرى • لأن المشرف ، أو الرئيس ، أو ولي الأمر ، اذا أحسن التوجيه والارشاد ، بحيث يجعل من يرشده ويصحح له أخطاءه يحس بالعطف ، أدى ذلك الى بناء الأخلاق ، ونشر الفضيلة ، وبث الشجاعة في النفوس ، مع الشعور بالثقة بالنفس ، وهذا كله يفضي الى شعور المرء بالسعادة والطمأنينة ، وذهاب الخوف والقلق •

والمجتمع السعيد هو ذلك الذي يؤدي فيه كل شخص عمله أداء صالحا صحيحا واثقا بنفسه ، لأن السعادة شعور نفساني ينشأ من رؤية الشخص ثمرة عمله متقنة • فالممثل اذا أتقن دوره على المسرح

ورأى الجمهور يصفق له غمرته نشوة السرور • والنجار اذاصنع قطعة بديعة متقنة من الأثاث امتلأ سعادة • وهذا هو الشأن في كل صاحب عمل • ولكن الممثل لم يبلغ درجة الاتقان الا بعد أن تعثر وأخطأ ، وشقى الذين علموه فى تعليمه • وكذلك النجار أو أى شخص آخر • فالفضل لمن علمهم •

ونحن نعلم أن هناك وسائل سريعة نلجأ اليها حين نريد أن نصلح المعوج ونعالج المخطىء • منها طريقة الضرب • ولكن الضرب علاج يقوم على الخوف ، فنحن نعالج علة تنزرع فى النفس علة أفتك ، لأن الخوف اذا تمكن من النفس ، وكمن فيها ، يؤدى الى الشعور بالقلق ، وفقدان الثقة بالنفس ، فضلا عن الاصابة بأمراض نفسانية خطيرة عند بعض الناس •

وقد يلجأ صاحب العمل الى طريقة أخرى سريعة يعالج بها المخطىء ، تلك هى طرده من العمل • وهذه طريقة تدل على الانانية المطلقـــة ولا تؤدى صلاح المجتمع ، لأن كل صاحب عمل اذا هرب من مسئولية تعليم غيره وارشادهم فمن يقوم بهذا التعليم ؟

توجيه الناس ، والاشراف عليهم ، وتأديبهم ، واجب على كل فرد راشد فى الأمة يقوم فيها بعمل من الأعمال ، ويتبعه عدد من الموظفين أو الأعوان •

وقد أصبح التوجيه فنا يقوم على مبادىء نفســـانية ، واذا عرف صاحب أى عمل هذا الفن وأحسن ارشاد من يعملون معه ، نجح العمل وازدهر ، وعاشت هذه المجموعة معيشة سعيدة راضية •

ولنفرض أن أحد الموظفين أخطأ ، فما هى الخطوات التى يتبعهـــا رئيسه لعلاج خطأه ؟

يجب أن يسعى الرئيس الى الحصول على جميع الحقائق ، وأن يبحث عن علة الخطأ ، حتى يكون حكمه حكما صحيحا عادلا • هذا ما فعله مدير شركة تبيع أدوات منزلية مع موظف أخطأ فى فاتورة الحساب فطلب من المشترى عشرين جنيها بدلا من ثلاثين • وهذه ولا شك خسارة تصيب المحل ، ولا بد من عقاب من فعلها • وكان ذلك المدير حكيما يحسن سياسة الموظفين ، وارشادهم ، وعلاجهم •

وكان أول ما فعله أن استدعى الموظف الى حجرته ، وجلسا معا وحدهما ، ونبه بعدم دخول أحد عليهما • لأن أول قاعدة فى الارشاد هى مناقشة الشخص فى عزلة عن غيره من الناس حتى لا تجرح كرامته من جهة ، وحتى يتكلم بصراحة من جهة ، اذ كثيرا ما تكون عنده أمور قد يخجل من التصريح بها علانية • ثم بدأ المدير يسأله بهدوء وأدب ، كى يشعر بالاطمئنان ، ويحس بالعطف • وشرع الموظف يجيب ، واستطرد فى الحديث ، فترك له المدير الحرية الواسعة فى الكلام وسمح له بالوقت الكافى • وكان ذلك الموظف معروفا بالدقة ، ولم يسبق له أن أخطأ •واعتذر بالسهو • فقال له المدير انك مشهور بالدقة وعدم النسيان أو الاهمال ، ولابد للاهمال والسهو من أسباب ، فهل تشكو من متاعب خاصة ، وانتقل معه فى حديث خاص عن حياته المنزلية ، واتضح أن الموظف يشكو من متاعب تختص بمرض زوجته ، وأنه ظل بضعة أيام لا ينام فى الليل ، فضلا عن متاعب مالية جعلت أحواله تضطرب • وكان فى استطاعة المدير أن يعاقبه ، وله الحق فى ذلك ، ولكنه اتبع أسلوبا آخر يكسب به ثقة موظفه ويعالجه ، وبخاصة بعد أن عرف أن العلة الصحيحة اضطرارية ، فعقد للموظف سلفة يحل بها أزمته المالية فى البيت ، فترتاح أعصابه ويهدأ وينام الليلَ مطمئنا ، ويستقيظ مع الصباح فيحسن أداء عمله ولا يرتكب أخطاء ، وفى الوقت نفسه وقع عليه عقوبة واجبة ، هى استرداد مبلغ الجنيهات العشر التى خسرها المحل ، وذلك على أن تقسط عليه هذه السلفة على اثنى عشر

شهرا • وبذلك أعاد المدير الثقة الى الموظف ، ولم يجرح كرامتـه ، وبث فيه السعادة ، وكسبه الى جانبه ، فاستفاد العمل منه ، واستفاد المجتمع كذلك ، لان وجود فرد صالح كسب عظيم للمجتمع ، ولو صلح جميع الأفراد ، لصلح المجتمع تبعا لذلك •

وأعظم الأسباب التى تفسد التوجيه والارشاد أن يتمكن الغضب من نفس صاحب العمل ، فيثور ، ويلجأ الى عقوبات قاسية كالضرب أو الطرد • ومن المعروف أن الانسان لا يستطيع أن يحكم على الأشياء حكما صحيحا وهو فى سورة الغضب • لذلك ينبغى أن يحتفظ المرء بهدوئه • حقا ان رؤية الأخطاء ، وبخاصة اذا كانت جسيمة ، تبعث على الثورة ، وعلى الغضب ، ولكن ما فائدة الثورة وقد وقع ما وقع ، وحدث الخطأ ، انما العاقل من ينظر فى العلة ، ويحاول معرفة مصدرها حتى يتجنب الوقوع فى مثل هذا الخطأ فى المستقبل • وكثيرا ما تكون أسباب أخطاء الناس راجعة الى علل نفسانية كامنة لو استخرجناها بالتحليل النفسانى الذى يغوص الى باطن النفس ، لسار الفرد سيرة قويمة صالحة ، وفى صلاحه صلاح المجتمع • فانظـــر الى فضل علم النفس واستخدامه فى علاج الناس •

الايحاء

الايحاء من أهم الظواهر النفسانية التى تؤثر فى المجتمع وتبث فى الناس آراء معينة ، نطبعهم عليها ، وتسوقهم الى العمل بها • وفى أواخر القرن الماضى أراد صيدلى فرنسى ، أن يتبين تأثير الايحاء بالتجارب العلمية ، فأجرى التجربة المشهورة الآتية على المرضى باضطرابات الهضم • كان أميل كويه ، وهو اسم الصيدلى الفرنسى ، يضع ماء ملونا ممزوجا بمواد عطرية وسكرية ويعطيه للمرضى على أنه دواء ، ويصف لهم فى الوقت نفسه ماسوف يشعرون به عند تعاطيه من تسكين الالم ،والشعور بالراحة ، وذهاب الاعراض التى يشكو منها المرضى ، وذلك بعد زمن معين من تناول الدواء ، وليس الدواء الا ماء ملونا • وكان أميل كويه يسجل اسماء المرضى ، ويسألهم بعد ذلك عن سير العلاج ، فوجد أن نسبة كبيرة ينجح معها هذا الايحاء ، كأن ما يتناولونه دواء صحيح • وبذلك أثبت بالتجربة العلمية تأثير الايحاء فى النفوس •

فالايحاء ايهام وتخييل ، بجعل الوهم ، حقيقة والخيالات اعتقادات ثابتة • وأعظم من يتأثر بالايحاء من يعيشون فى الاوهام، ويسبحون فى بحار من الخيالات ، كالاطفال والمرضى • نعم هناك مرضى نفسانيون من الوهم ، وقد يكون الوهم بسيطا كالذى يعرض لنا جميعا ، لأن بعضنا يعيش فى عالم من الوهم الى حدما ، وقد يكون الوهم خطيرا فيكون مرضا بمعنى الكلمة • ويسمى الهستريا • ولا علاج لهؤلاء المرضى من الوهم الذى يوحون به الى أنفسهم الى بوهم مضاد نوحى به اليهم ، فلا يفل الحديد الا الحديد ، ولا يدفع الوهم الا الوهم • مثال

ذلك أن مريضة هستيرية بشلل وهمى أقعدها عن الحركة ، عالجها الاطباء بالايحاء فشفيت • نقلت المريضة الى المستشفى لاتتحرك ، لان برجليها شللا ، ولكن الاطباء لاحظوا أنها تستجيب لوخز الابرة مما يدل على سلامة أعصابها ، وعلى أن الشلل عندها وهمى ، لايهمنا الآن الحديث عن أسبابه ، ولكن يهمنا بيان أثر الايحاء فى علاجه • أوهمها الطبيب أنه سيحقنها بدواء جديد يشفيها فى الحال من ذلك الشلل ، ثم حقنها ، (وأنزلها على السرير) ، فوقعت على قدميها ، وتبينت أنها شفيت •

وأحسب أننا من هذين المثالين نستطيع أن نعرف الايحاء بأنه التأثير فى الناس عن طريق الكلام لقبول فكرة معينة ، والاقتناع بها ، والعمل بمقتضاها • فالكلام هو اداة الايحاء • والكلام ألفاظ هى التى يمتاز بها الانسان ، لانه حيوان ناطق ، يدل على أفكاره التى تجرى فى ذهنه ، وعلى المعانى التى تطوف بعقله ، باللغة أو الكلام أو مجموعة الالفاظ • ومن أجل ذلك لايمتاز الحيوان بهذه الظاهرة النفسانية التى نتحدث عنها وهى الايحاء ، بل يتميز بالمحاكاة أو التقليد فقط •

ولو سألت عن أعجب الاشياء عند الانسان ، لرأيت أنه اللفظ انه سحر • وأول مايفطن له الطفل ويعجب به ، هو اكتشافه قوة اللفظ ، وسحر الكلمة • وعندما ينطق ، ويتبين أثر اللفظ فى النفس، يشرع فى استعمال الكلام ، ويستخدم هذه الاداة التى تعد أقوى من أي سلاح يعرفه الحيوان ، فالكلام أقوى من السواعد والانياب والمخالب أثرا ، وأعظم قوة • انظر الى الطفل حين ينطق لاول مرة « بابا» أو لفظة « ماما » وهما أول لفظتين يتعلمهما ، وهما لذلك بذلك موجودتان فى كل لغة • يقول « ماما » فتستجيب له أمه ، ويتحرك اليه هذا الجسم الطويل العريض ، فأى سحر وأى قوة لهذه اللفظة ! ثم يتعلم الطفل أن قوة اللفظ وتأثير الكلام فيما له من معنى يدل عليه ، ويفهمه السامع ،

فيحاول ان يتخير الالفاظ الدالة على المعـــانى ، وكلما كان اللفظ أدل كان الاثر أقوى وأنفذ ، وفى هذا يختلف الناس ، فبعضهم يمتلكون عنان اللغة ، ويحسنون توجيهها ، ويجيدون البيان . ولذلك قيل ان من البيان لسحرا ، وبعض الناس يعجزون عن التعبير المقصود ، ولا يحسنون البيان ولا يكون لكلامهم وقع ولا أثر ٠

ولا نريد أن نتكلم عن اللغة بوجه عام ، الا بالقدر الذى يفيدنا فى بيان أثر الايحاء ، فنقول ان أركان الايحاء ثلاثة ، الموحى ، والموحى اليه ، والالفاظ التى تعد واسطة بينهما ٠ وشخصية الموحى ذات أثر كبير فى الايحاء ، فكلما كانت منزلته أعظم ، وعلمه أغزر ، ونظـــرته أوسع وأحكم ، كان ايحاؤه أبلغ وأنفذ ٠ ولهذا السبب يضيف أصحاب الاعمال والفنون الى أشخاصهم الالقاب والدرجات العلمية حتى يحيطوا أنفسهم بهالة من القوة ٠ فهذا طبيب يكتب على بطاقته أنه خـــريج جامعات كذا وكذا ، وحاصل على شادات كذا وكذا ٠ وعندما يريد المحتالون التأثير فى الناس فانهم ينتحلون القابا ليست لهم ، وقــد حدثت فى مصر أخيرا حوادث من هذا القبيـــل تسمى فيها أشخاص بأسماء الدكاترة وهم أشباه أميين ٠ صفوة القول شخصية الموحى لها أثر فى قوة الايحاء ، كالوالد مع أبنائه ، والمعلم وتلاميذه ، والقـــائد من جنده ٠ ومن أجل ذلك جعلوا لاصحاب المنزلة القابا وشارات بل وأزياء تميزهم ويعرفهم الناس بها ، ويحددون بها أقدارهم ٠

والركن الثانى فى الايحاء هو الكلام ، وصفته ، ومعانيه ، والصوت الذى يلقيه ٠ فكلما كانت العبارة أقصر كانت أبلغ ٠ وكثيرا ماتغنى عبارة عن كتاب ، وتفيد كلمة واحدة عن عبارة ، وتدل اشاره عن كلمة ونذكر بهذه المناسبة اشارة النصر التى ابتكرها مستر تشرشل فى الحرب الماضية وكانت انجلترا تعـــانى حربا دامية من هتلر ، فكانت تلك الاشارة باصبعيه أعظم ايحاء لبنى وطنه على الثبات والثقة فى النصر ٠ ومن هذا القبيل مايلجأ اليه الاعلان عن البضائع ، والايحـــاء

للجمهور بمحاسنها وشرائها ، حتى لقد يدفع المعلن الكثير من المال جائزة لمن يبتكر أوقع لفظة ، أو أحسن عبارة تروج للبضاعة ، فهذا دواء يشفى الصداع ويزيل جميع الآلام ، وهذا شراب لذيذ أو طاهر، وهكذا مما نقرؤه فى الصحف كل يوم • ويشترط فى الايحاء أن يصدر الكلام فى صيغة الامر حتى يبعث الثقة ، ويؤدى الى القبول، بل الخضوع والاستسلام • وهذه هى طريقة التنويم المغناطيسى ، فقد ثبت أنه ايحاء قوى من المنوم واستسلام من الوسيط أو المنوم •

والركن الثالث هو شخصية الموحى اليه ، فكلما كانت أصغر كان الايحاء أبلغ • والايحاء فى جمهور واسع أسهل من الايحاء فى فرد ، ونحن ذاكرون بهذه المناسبة قصة أشعب فانها تلخص الايحاء تلخيصا بديعا • فقد اجتمع عليه الصبية يعاكسونه ويهللون عليه فأراد أن يصرفهم فقال لهم ألم يبلغكم أن فلانا فى حارة كذا يحتفل احتفالا كبيرا ويطعم الناس ، فجرى الاولاد الى ذلك المكان • فلما رآهم أشعب يتدافعون الى ذلك الحى ، خيل اليه أن الحفلة موجودة حقا فجرى معهم •

وتبين لنا هذه القصة أثر الايحاء النفسى ، الذى يصدر من الشخص وينعكس اليه • وهذا هو سبيل السعادة ، فاذا اعتقد الناس أنهم سعداء كانوا كذلك • ولقد قيل فى الامثال « اضحك يضحك لك العالم • »

فاذا عرفت ذلك أيها المستمع وأردت أن يكون لايحائك أثره المطلوب، فينبغى أن تعمل على تزويد شخصيتك بكل مايجعلها قوية من العلم والخلق والمنزلة والمهابة والاحترام ، وأن يكون كلامك واضحا ، مبينا دالا على المقصود ، ثابت العزم ، بعيدا عن التردد ، وبذلك ينفذ الى الى قلب السامعين ، ويحقق الفائدة المطلوبة •

وفوائد الايحاء الاجتماعية عظيمة ، فهو السبيل الى نقل الحضارة من جيل الى جيل ، وحمل الناس على اعتناق الآراء • وتقوم النظم

الاجتماعية الاساسية على الايحاء ، وهذه النظم هى التعليم والاقتصاد والسياسة والدين ٠

كيف تعلم الام أبناءها الرضع ، وكيف يربى الأب أطفاله ، وكيف يهذب المعلم فى المدرسة ،والجامعة تلاميذه وطلابه ؟ انه الايحاء الذى يلقى به كل منهم ما اجتمع له من معرفة وخبرة وتجربة فى روع الطفل أو قلب التلميذ أو عقل الطالب ٠ ولن تصلح اداة التعليم أو يسير هذا الجهاز سيرا صحيحا الا اذا عرف الآباء والمعلمون أصول الايحاء النفسية التى ذكرناها ٠ ومن الغريب أنك تجد الأب يضيق مثلا اذا خرج ابنه عن أمره ولم يستمع لنصحه فيتهمه بالعقوق ، وكان ينبغى أن يتهم الأب نفسه لانه لم يحسن الايحاء لابنه بما ينبغى أن يفعله ٠ وهكذا الشأن فى المعلم والأستاذ ٠

وقد أشرنا من قبل اشارة عابرة الى أثر الايحاء فى الاقتصاديات والحق أن اليوم ، كما كان فى القديم ، لاتقوم التجارة الا على تزيين البضاعة فى أعين المشترين والايحاء اليهم بمحاسنها ، وذلك يكون بالاعلان المناسب ٠ وقد أصبح الاعلان فنا يستند الى مبادىء نفسانية لمعرفة سبيل التأثير فى الناس ٠ والتاجر العاقل هو الذى لا يبخل على الاعلان عن بضاعته ليروجها ٠

وليس فى الوقت متسع لبيان فوائد الايحاء فى السياسة ولكن يكفى أن نذكر أن قادة الدول هم الذين يوحون الى الشعوب بالحرب أو السلام اذا أرادوا ، كما هو مشاهد اليوم ومعروف من التاريخ ٠



الاثر النفسى للفنون

آفة المجتمع فى أمور كثيرة منها التفكك والفراغ والعجزوالتواكل والقلق والانطواء ، وهى آفات اذا أصابت مجتمعنا أدت الى تأخره والى شعور أفراده بالشقاء • وقد انبرى علماء النفس الى دراسة هـــذه العلل من الوجهة النفسانية ، وحاولوا علاجها بعد معرفة أسبابها • ولا نزاع فى أن العلاج الذى ينفذ الى أعماق النفس البشرية ، ويعرف طبيعتها ، هو أفضل علاج ، لانه يستأصل الداء ، ويلمس موطن العلة ويفيد أكثر من العلاجات الظاهرة التى يضيع أثرها ، لانها أشـــبه بالمسكنات الوقتية • ومن الادوية النفسانية العميقة الاثر فى عـلاج النفوس واصلاح المجتمع ، والاخذ بيده فى طريق السعادة والتوحيد والعمل والسمو ، الفنون الجميلة المختلفة •

وكانت الفنون الجميلة الى عهد قريب مهملة فى مصر وفى الشرق ، ولم يكن ينظر الى الفن والفنانين نظرة تقدير من المجتمع ، لجهــــل الناس بالاثر النفسانى للفنون • مع أن قدماء المصريين كانوا يعنون أعظم عناية بالفنون كالنحت والتصوير والموسيقى مما لاتزال آثارهم شاهدا على عظمة حضارتهم • وقد أحسنت الحكومة الحاضرة باحيـــاء الفن القديم حين أقامت تمثال رمسيس فى أهم ميادين العاصمة • ولعلك تسأل وما أثر وضع تمثال فى المجتمع ؟ فنقول فى الجواب ان أثره عظيم ، لانه رمز يمثل قوة مصر ومجدها ، ويعبر عن خلاصة تاريخها ، فتجتمع حوله سائر القلوب ، وتهفو الى اتباع نهجه ونفوس الشباب ، كما يجتمع الجند حول القائد ، فيؤدى ذلك الى ربط الماضى بالحــاضر كما يؤدى الى توحيد الامة • وهكذا تعالج أول آفة ذكرناها وهى التفكك

والانحلال • وهذه أول ثمرة للفنون الراقية فى الامم الراقية • كان العرب يعتزون بشاعرهم ويحفظون قصائده التى يفخر فيها بالقبيلة، ويحفظ الشباب فى الوقت الحاضر فى كل أمة النشيد الوطنى ويتغنون به لانه يوحد بينهم ، ويرفع من روحهم •

وللموسيقى أثر فى نفوس الامة عرفه القدماء فعنوا بها أعظم عناية وارتبطوا بها ، واشتغل بها الفلاسفة وهم أبرز المفكرين • فالفارابى هو الذى وضع أصولها عند العرب ، ويرون أن ابن سينا كان بعد القاء دروسه على طلبته فى الطب والفلسفة ينصب مجلس السماع •

ويمكن أن نلخص النظريات المختلفة التى قال بها علماء النفس فى أثر الفنون فى أمور خمسة ، هى التطهير ، والتسلية ، وشغل الوظيفة الفنية ، وتكميل النفس ، وتقوية الحياة •

وقبل ان نفصل دور كل واحد من هذه الخمسة نقول ان موقفنا من الفن اما أن يكون موقف المبدع ، واما أن يكون موقف المتفرج المستمتع ولا شك أن الفنان الرفيع الذى ينحت التمثال ، أو يؤلف القطعة الموسيقية ، أو اللوحة المصورة ، أو القصيدة البارعة ، أو التمثيلية الرائعة ، نادر ، وهو عبقرى والعباقرة قليل فلم يظهر فى انجلترا من يماثل شكسبير فى تمثيلياته ، ولا فى المانيا من يشبه بيتهوفن فى سمفونياته • اذا لم يتيسر للناس جميعا أن يشاركوا فى ابداع الفن ، ففى إمكانهم أن يستمتعوا بتذوقه ، فيرقى بذلك الذوق العام ، نتيجة حفظ القصائد الجميلة من الشعر ، واقتناء الصور الرائعة والاستماع الى الموسيقى البديعة •

ومع ذلك فقد اتجه العلماء منذ القرن الماضى فى توجيه الاطفال والشباب وجهة جديدة : هى دفعهم الى المساهمة مساهمة فعلية فى التعبير عن أنفسهم بالفنون • ولعلك تسأل عن السر فى الطريقة الجديدة التى تتبع الآن فى المدارس المصرية لتعليم الاطفال الرسم ، والعمل

بالصلصال فى تلك الدروس التى تسمى بالاشغال اليدوية • السر فى ذلك أن الفن لغة يعبر بها الانسان عن نفسه كالكلام سواء بسواء • ونحن حين نترك الطفل حرا للتعبير عن نفسه كما يريد بالخطـــوط والاشكال والالوان ، أى يعبر بيديه حين يشكل من الصلصال عـــلى هيئة طيور وحيوانات وأشخاص ، انما نفسح المجال لظهور الحاسة الفنية عنده ، واشـــباع هذه الحاسة ، فضلا عما يشعر به من سعادة ونشوة من العمل والخلق • ويذهب برجسون الى أن شعور المرء بالسرور انما ينشأ من الابداع ، ولابد فى الابداع من حرية للتعبير عن كوامن النفس •

الحق أن نظريات علم النفس التى طبقت فى مصر على الاطفال فى مدارس المرحلة الاولى قد أثمرت ثمارا طيبة • فمجتمع الاطفـــال اليوم أكثر سعادة من أطفال الماضى لاننا نعالجهم بممارسة الفنـــون كالرسم والنحت والموسيقى والاناشيد ، التى يعبرون فيها عن أنفسهم تعبيرا جميلا فى حرية ونظام • لان الفن كما يتطلب الحرية يتطلب كذلك الخضوع للنظام ، لان الخروج عن الوزن فى الموسيقى يفسد اللحن ، واضطراب الوزن فى الشعر يفسد النظم ، واختلال النسب فى الرسم يذهب بالتصوير • فالفنان أكثر الناس خضوعا للنظام ، والتـــزاما للقيود ، ولكنه نظـــام لايفرض عليـــه من الخـــارج بل يفرضـــه بعد بالأثر الفنى الذى يبدعه ، فاذا كنا نشكو من أن المجتمع يضطرب فيخرج على النظام ، ويجرم بعض أفراده بالاعتداء عـــلى القوانين ، فأفضل السبل الى تعويدهم النظام والتزام القوانين ، عن رضـــا وطواعية ، لا عن عسف وقهر ، هو نشر الفنون الجميلة ، التى تجمع بين نقيضين اذا سادا فى أمة ارتفعت الى الأوج وهما النظام والحرية •

ولكن الخطوة التى بدأت تنتشر فى أطفالنا مع نشر الفنون فى المدارس ، والتى أثمرت تلك الثمار الصـــالحة ، لم تلاحقهم حتى

الشباب ، وهذا هو ألسبب فى شعور بعض الشباب بالفراغ ثم الملل، ثم الانطواء ، ثم القلق ، مع أن الآباء والأمهات لو عرفوا أثر الفنون التى ذكرناها فى علاج النفس ، من جهة الخلق والابداع ، ومسايرة الحرية والخضوع للنظام ، والتعبير عن النفس بلغة لا تحسنها الا لغة الفنون ، وصرف الطاقة الحيوية فى أعمال رائعة يعتز بها صاحبها ، لشجعوا فى شبابهم كما شجعوا فى أطفالهم ممارسة الفنون •

ذلك أن أول وظيفة للفن هى تطهير النفس ، وهذه نظرية قديمة أول من نادى بها أرسطو ، وكانت أعظم الفنون عند اليونان هى المأساة أو التمثيلية المسماة بالتراجيديا ، التى تصور فيها عواطف الخوف والرعب والشفقة ، فيتأثر المتفرج بهذ الانفعالات المختلفة عند التمثيل ، فتصفو نفسه منها ، ولذلك يمكن أن نسمى هذه الوظيفة الأولى للفن بالتصفية ، أى تصفية النفس مما يكون قد استقر فيها من انفعالات عنيفة وبخاصة الخوف ، فاذ كان التمثيل جيدا ، كما نلاحظها عند مشاهدة الأفلام السينمائية ، تقمص المتفرج الشخصيات التى تلعب على الشاشة ، ويحس بعطف أو سخط أو خوف على الممثلين ، وكثيرا مايحدث أن بعض المتفرجين يبكى للمأساة التى يشاهدها مع أنه يعلم أن مايراه تمثيلا ، وهذا البكاء نوع من التفريج عن النفس ، وليس ما يفعله علماء النفس عندالتمثيل النفسانى الا عملية تطهير لاستخراج المخاوف الكامنة ، فالمحلل يدع المريض يسترجع فى صفحة ذاكرته ذكرى الأحداث القديمة ، حتى اذا تذكر موقفا خاف منه بدا عليه الانفعال كما لو كان مصدر الخوف عائلا أمامه ، وبذلك تصفو نفسه •

والوظيفة الثانية للفن هى التسلية ، أو التسرية ، ذلك أن الحياة عبء ثقيل ، وواجبات مفروضة ، يحتاج الانسان الى أن يتلهى عنها باللعب ، وأنواع التسلية التى تسرى عن النفس •

ولذلك قيل ان الفن ضرب سام من اللهـــو ، وهذا هو رأى بعض الفلاسفة مثل كانط وسبنسر ، وقد مر بنا ان ابن سينا كان يتلهى بالموسيقى بعد تدريس الفلسفة والطب فضلا عن القيام بأعباءالوزارة فى أثناء النهار ، وقد عرفت المصانع الحديثة هذه الحقيقة فأخذت تدير موسيقى فى أثناء العمل لتسلية العمال ، وهذا شيء يمكن أن نلاحظه فى مصر فى عمال البناء وفى الفلاحات اللاتى يقمن بجمع القطن ، لأن الغناء أو الشدو وقت العمل يخفف العبء ويسرى عن النفس على نفسه ، وقيود فنية يقيد بها نفسه ، لأنه يريد أن يستمع فيما

والوظيفة الثالثة للفن مما تبينه علماء النفس هـــو أن حواس الانسان تحتاج الى الاشباع ، فلذة العين فى المناظر والألوان والجميلة، ولذة الأذن فى الأصوات الموزونة ، وكل الناس يحتاجون الى التعبير عن أنفسهم ، ولكن طرق التعبير تختلف ، كما تختلف طرق الفهم ، وليس الكلام هو السبيل الوحيد الى التفاهم بين الناس ، والى التعبير عن القصد ، وبخاصة لأن هناك أمورا يعجز الكلام عن التعبير عنها كالعواطف المختلفة ، ولذلك قيل ان الموسيقى هى لغة العواطف كالألم والحنين والأنين والتوجع والشكوى والفرح والخوف وغير ذلك ، ونحن نلاحظ أن الموسيقى المصرية فى الوقت قد أخذت تتنبه الى هذا المعنى فتنوعت ألحانها وأصبحت معبرة عن الانفعالات والعـــواطف البشرية التى ترضى فى النفس هذه الحاجة الى الاشباع مما لا يغنى عنـــه الكلام .

والوظيفة الرابعة أن الفن يكمل الحياة الواقعة التى تعد نقصـا ومسايرة للنزعات الحيوانية ، فالفن كمال لأنه أسمى من الواقع وأرفع ، وهو بذلك يرفع النفس ويكملها ، لما يسمو بالمجتمع ويرفع من شأنه .

والخامسة أن الفن تقوية للحياة ، لأنه يصورها مرة أخرى فى الشعر والموسيقى والتمثيليات والتصاوير التى نشاهدها فنستمتع مرة أخرى فى روائع الفن بما استمتعنا به فى الحياة بالفعل ٠

هذه هى جملة ما يقال فى أثر ألفن من الناحية النفسية فى رقى المجتمع ، فلنعمل على تشجيع الفنون حتى نهيىء للمجتمع حيـــاة سعيدة ٠

الحزن والفرح

حينما شرعت أفكر كيف أبدأ هذا الحديث طرأ على ذهني سؤال ، ووجدت السؤال يصلح أن يكون لغزا ، لأنه السؤال الوحيد الذى نوجهه الى جميع الناس وفى جميع أنحاء العالم على اختلاف مللهم ، وتباين اهوائهم ، فلا تجد له الا جوابا واحدا • هذا السؤال هو ماذا يريد الانسان من الحياة ؟ والجواب دون شك هو أن كل انسان يريد أن يكون سعيدا ، فالسعادة هى الغاية الأخيرة التى يسعى اليها الناس، ولكنهم يختلفون فى انتهاج السبل التى تؤدى اليها ، فشخص يجد السعادة فى المال ، وآخر فى الشهرة ، وثالث فى الحب والغرام ، ورابع فى اللهو والانغماس فى الشهوات ، ولكنهم يتفقون جميعا على شىء واحد ، ويلتقون عند نقطة واحدة هى : طلب السعادة •

فهل الناس سعداء حقا ؟

ان اغلب الذين تصادفهم تجد الحزن باديا على وجوههم ، والوهم متسلطا على قلوبهم ، ولا تسمع الا جملة واحدة تدور على الافواه : « انى غير سعيد » •

واذا حصل الانسان على ما يرغب ويريد سر واعتراه الفرح ، واذا لم يوفق فى الحصول ما يشتهى اغتم وحزن وبعد عن السعادة • ولا بد ان يتلون الانسان ، فهو اما ان يكون مسرورا مستبشرا ، واما ان يكون حزينا كئيبا ، ولا يخلو أى شخص من هذين اللونين بين الحزن والفرح ما دام على قيد الحياة •

والانسان لا يفرح دون سبب ، ولا يحزن من غير باعث ، والامر فى الحزن والفرح فى ايدينا ، ويرجع ذلك الى نظرتنا نحو الحيـــاة ، فمن الاغنياء أصحاب المال الوفير من يعتقد أنه ينقصه اشياء كثيرة ، ويتألم لهبات النسيم ، والفقير يتألم لفقره ويشتهى المال ، والمحروم من الحب يحزن لان قلب المرأة لم يتفتح لاستقباله ، والحبيب بائس لانه خاضع لسلطان الهوى والغرام ، والفتاة حزينة لانها لم تتزوج ، فاذا تزوجت فهى بائسة بهذا الزواج ، والطبيب يعتقد أن مهنته اشق المهن ويود لو كان تاجرا ، والتاجر يلعن الزمان ويرغب لو كان موظفا . فلو قنـــع الناس بالحال التى هم فيها لارتاحت نفوسهم وابتسمت لهم الحياة .

ولكن كثيرا من الطوارىء ، تخرج عن ارادتنا فتدفع الى الفـــرح ، وتبعث فينا الحزن . ومن منا لايفرح اذا ربح ورقة يانصيب أو رزق بمولود سعيد ، أو خطب الفتاة من شاب تطمع فيه . ومن منا لا يحزن اذا اصطدمت سيارته بالترام ، أو توفى له صديق عزيز ، أو فقـــد حافظة نقوده فى الطريق .

هذه الحوادث وأشباهها لابد من وقوعها ليعرف الانسان طعم الحياة، ويشعر بلذة العيش . ولكنى أريد أن يكون الانسان دائم الفـــــرح والبشر ، مبتعدا عن مظهر الحزن والاكتئاب ، لان كثيرا من النـــاس يلبسهم الحزن من أول اليوم الى آخره دون سبب ظاهر . وليس أضر من الحزن ، فان جميع اجهزة الجسم تختل فى نظامها ، وترتبك فى سيرها ، فيفقد الانسان شهيته للطعام ، ويهبط قلبه ، وتضطـــرب أعصابه ، ويفقد اتزان الفكر ، وتظهر له الدنيا فى ثوب قاتم اسود ، فتضيق به الحال ، ويكثر تبرمه من الحياة . بينما تجد الباسم الذى يعلو البشر وجهه ، والابتسامة شفتيه ، تتحسن صحته ، وتنتظـــم جميع اجهزة جسمه ، ويكون سعيدًا فى الحياة ، أو على حسب المثـــل السائر « اضحك يضحك لك العالم »

ويقول فيلسوف الاسلام الامام الغزالى « أن غم الانسان فى الدنيا ليس يخلو اما أن يكون تأسفا على ماض ، أو خوفا من مستقبل ، أو حزنا على سبب حاضر فى الحال • فان كان على فائت فالعاقل بصير بان الجزع على ما فات لا يلم شعثا ، ولا يرم ما انتكث ، وما لا حيلة له فالغم عليه حزق •

وان كان على حاضر فاما أن يكون حسدا لوصول نعمة الى من يعرفه أو يكون حزنا لنفقر وفقدان المال والجاه واسباب الدنيا • وسبب هذا الجهل بفوائل الدنيا وسمومها ، ولو عرفها معرفتها لشكر الله تعالى على كونه من المخففين دون المثقلين • وأما أن كان الغم فى الامر المستقبل فان كان على أمر واجب كونه مثل الموت فعلاجه محال • وان كان الامر قابلا للدفع ينبغى ان يحال لدفعه بعقل غير مشوب بحزن » •

فانت ترى ان العلماء من القدم كانوا يحذرون الناس عاقبة الحزن لانه لا خير فيه • ويصف علماء النفس فى الازمنة الحديثة كثيرا من العلاج لدرأ الحزن ، أولها الابتعاد عن العزلة ، لان الحزين يحب أن يعيش بينه وبين نفسه ، تاركا عقله للاوهام ، شارد الفكر ، فتقتله الوساوس ، وتضنية الهواجس ، وليس للامر علاج الا ان يختلط الانسان بالناس ، ويبتعد عن الوحدة القاتلة ، ثم يجب أن يسعى أن يكون المجتمع الذى يندرج فيه أليفا مسليا ، يتجاذب مع اصدقائه الاحاديث الطلية ، ويبحث الموضوعات المختلفة • والغريب انك تسأل أولئك الذين يعيشون فى وحدة عن سبب ميلهم الى هذه المعيشة فيقولون لك اننا نجد فى العزلة لذة ومتاعا ، وخيالا واسعا واوهاما • ولكن الحقيقة ان هؤلاء الناس ضعاف الشخصية ، ضعاف النفوس والارادة ، لانهم لا يستطيعون أن يجابهوا الحياة ، وأن يقفوا أمام احداث العالم ، فيهربون من المشاكل التى لا يستطيعون لها حلا ، ويتخيلون فى أوهامهم انهم توقفوا الى حلها ، والى الحصول على ما يشتهون من رغبات • كالطالب يتخيل ويحلم انه سينجح فى الامتحان،

ثم يبنى على ذلك الآمال الكبار ، والواقع انه لو جد وعمل على الاستذكار ، ثم تقدم الى الامتحان ، لنجح فيه وحينئذ يشعر بلذة تفوق لذة الخيال ، لانها لذة حقيقية دائمة ٠

ثم أن الفراغ من العمل باعث الى الكآبة ، فالموظف الذى ينتهى من عمله الساعة الثانية بعد الظهر ، لا يعرف كيف يمضى باقى النهار ، فيتسكع فى الطرقات يتأمل فى شرفات المحال التجارية ، أو يجلس فى مقهى ينظر الى المارة ، ولا يعد هذا من الاعمال التى تشبع النفس ، وسرعان ما يثور ويتبرم ٠ على المرء ان يشغل وقته ، وان يسد الفراغ بالاعمال التى يهواها ويميل اليها بأن يقرأ فى كتاب ، أو يشتغل بالرسم والتصوير ، وعلى الفتاة ان تصرف وقتها بالاشغال اليدوية والتطريز وما اشبه ذلك ٠

وأعجب ما فى الامر ان كثيرا من الناس الذين رزئوا باحداث تؤرقهم وتصدم نفوسهم ، يلجأون الى الخمر ينشدون فى ارتشاف كؤوسها راحة النفس ، وانبساط القلب ٠ واذا كانت الخمر تبعث النشوة والحركة ، وتنسى الآلام ، وتفتح ابواب السرور ، فترن ضحكات السكران عالية تنبىء عن الفرح العميق ، الا ان هذا الفرح لا يعدو ان يكون قيد الساعة ، حتى اذا ما زال تأثير الشراب ، عاد صاحبنا الى أشد مما كان ، فيفتك به الحزن ، ويمطه الالم ، فينصرف ثانيا الى الكأس ، حتى يصبح مدمن الشراب ، وهذا الادمان آفة جديدة ، لانه ينهك الاعصاب ، ويجعل الشخص ضعيف الاحتمال ٠

فاذا كانت حركة الدم فى الجسم باعثة على النشاط ، مذهبة للآلام ، فلماذا نلجأ الى الخمر المهلكة ، بينما الرياضة البدنية تبعث فى الجسم نشرة تشبه نشوة الخمر ، ولكنها لا تضر الجسم بل تفيده ٠ وانواع الرياضة كثيرة متعددة ، ولكننا فى مصر نهملها ونعتقد انها لا تصلح الا للاطفال ٠ بينما الدول الاوربية جميعها ، انجلترا والمانيا

وأمريكا وايطاليا وفرنسا وغيرها ، تعنى العنايه العظمى بالرياضه وتوليها المحل الاكبر من الرعاية • وقد كانت الامم القديمة • كالفرس وقدماء المصريين واليونان في أثينا واسبرطه وغيرها ، تعلم ابناءها الوان الرياضة المعروفة في ذلك الوقت ، وهى ركوب الخيل ، والصيد والقنص بالقوس والنشاب • ونحن الان فى امس الحاجة الى الحركة التى تحرك الجسم ، لا سيما والحضارة الحديثة تعلم الانسان الخمول والركود ، فنحن لا نمشى على الاقدام بل نركب الترام والسيارة ، ونختلف طول الليل الى كرسى فى السينما او المقهى • وللخروج من هذا الركود القاتل يحسن بالانسان ان يكثر من النزهة فى الخلاء بين المزارع والحدائق ، لان هدوء الاماكن الخلوية يهدىء الاعصاب، ويبعث النشاط فى الجسم ، ثم أن لون المزروعات الاخضر مفيد كل الفائدة فى راحة الاعصاب الثائرة ، لان للالوان اثر فى النفس • واللون الاخضر واللون الازرق من الالوان الهادئة التى ثبت بالتجربة اثرها الحسن فى النفس • لهذا يجب ان نقدس أيام العطلة ، ونسعى الى تمضيتها فى الريف أو بين الحدائق •

ومن العوامل المهمة فى تغذية النفس وتسليتها وراحتها ، وصرف الاحزان والهموم ، واحلال الفرح والسرور ، سماع الموسيقى المفرحة الشجية • ألست ترى الى الاطيار تغنى اذا صفا الجو واعتدل النسيم• وفى الموسيقى سحر يشفى النفوس ، ويهدىء الاعصاب ، بل كثير من الامراض العصبية لا تشفى الا بسماعها ، وقد كان الخليفة هارون الرشيد اذا شعر باكتئاب النفس ، وثقل اعباء الدولة عقد مجلس السماع ، واجتمع المغنون ودقت الات الطرب اشجى الالحان • وقد عرف الاقدمون فضل الموسيقى حتى ان فلاسفة العرب كالفارابى والكندى وابن سينا وغيرهم لكل منهم كتاب مؤلف فى الموسيقى واثرها فى النفس • فالموسيقى تذهب السأم وتسرى عن النفس وتعين على

الاعمال الشاقة ، اذ يلجأ الفلاح فى حقله ، والجند فى سيرها ، والام أمام سرير طفلها ، الكل يغنى، فاذا بالآلام تولى الادبار كانها لم تكن.

وفى بعض الاحيان يكون الباعث على الحزن أســبابا جنسمية هى الامراض . واغلب هذه الامراض ترجع الى المعدة ، فيبدأ الانســان بفقدان الشهية ، وينتهى بشتى الامراض التى ترجع الى اختلال الكلى أو الكبد او هذه الاجهزة المختلفة ، لذا يحسن بالانسان ان يعــرض نفسه على طبيب ماهر ، ولكن اغلب الناس مع الاسف ينتظــر حتى يتمكن الداء فيصعب العلاج ، وقد وجدت بالتجــربة أن للحديث الشريف « المعدة بيت الداء والحمية خير دواء » نصيبا كبيرا من الصحة. والقاعدة الذهبية التى يجب اتباعهــا فى كل وقت ليكون الجسم صحيحا هى ان الوقاية خير من العلاج . وقد فطن الى هذا الامر احد فلاسفة مصر هو موسى بن ميمون الذى احتفل به فى الاوبرا هذا العام لمناسبة مرور ثمانمائة عام على وفاته ، وله كتاب فى الطب مشــهور اساس نظريته أن الوقاية خير من العلاج .

يحسن بكل شخص ان يبحث نفسه او يعرض أمره على عالم من علماء النفس ، ليكتشف السر الذى يبعثه على الحزن ، حتى يستأصل الداء ، ويصل الى الشفاء .

فهرس



الثمن ٧ ص

دار الجمهورية للطباعة